



**НОВЫЕ
УЖАСЫ
НА ВИДЕО**
Стр. 15

№14(87),
июль
2001 г.

КАК ЗАЩИТИТЬСЯ ОТ СГЛАЗА

Стр. 6

Тайное Вокруг нас

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ
**Мир
НОВОСТЕЙ**



Стр. 2

**ЗАЧЕМ
ПРИШЕЛЬЦАМ
СЕКС?**

Стр. 8





**ЗАЧЕМ
ПРИШЕЛЬЦАМ
СЕКС?**



Стр. 8

**СИБИРЬ СПАСЕТ
ЧЕЛОВЕЧЕСТВО**



Стр. 5

**ПОДВОДНЫЙ
КЛОНДАЙК**



Стр. 3

**ОХОТА
НА МОСКОВСКИХ
ПРИЗРАКОВ**





СЕКСМИССИЯ ИЛИ ПРОДЕЛКИ ДЕМОНОВ?

Некоторые проявления феномена НЛО порой ставят в тупик ученых, пытающихся их объяснить. Одни считают, что это своеобразная внеземная сексмиссия, в ходе которой пришельцы решают свои генетические проблемы, другие же видят здесь проделки демонических сил, всегда вносящих смятение в людские души.

Как-то обозреватель альманаха «Не может быть» Сергей Слюсарев предложил мне прокомментировать случаи сексуальных контактов людей с инопланетянами, о которых сейчас так много пишут в прессе.

— Ну что ж, давайте тогда коротко вспомним основные проявления феномена. Первый уровень — это, разумеется, разного рода контакты с НЛО — в воздухе и на земле, с пилотами на борту их аппаратов. Второй — неизвестные существа непонятным образом возникают и исчезают, иногда прямо в домах людей. Третий — телепатический (ментальный) — все происходит в сознании спящего или бодрствующего человека. Все три уровня связаны между собой.

Несколько лет назад уфологи расследовали один такой случай, произошедший в подмосковном городке военных летчиков. Ранним утром Марина Н., проводив мужа на службу, решила часок поспать. Проверив замок и цепочку на входной двери, она вернулась в комнату и присела на кровать. Неожиданно помещение озарила яркая вспышка света, на какое-то время ослепившая Марину. Когда зрение пришло в норму, она увидела пря-

мые люди. В ответ женщина услышала: «Нам не нужно твоё тело, нам нужны твои мысли». Тогда Марина дрожащим голосом спросила: «Если не меня, а только мои мысли, можно ли перенести это на другой раз? Я не могу сейчас, я не готова!» Комнату вновь озарила вспышка света, и пришелец исчез. Женщина позвонила соседям. Осмотрев Марину, они не могли понять, откуда на ее лице и руках появились странные пятна. В течение двух лет Марина находилась под наблюдением уфологов и медиков.

Человеку, встретившемуся с НЛО, через некоторое время может позвонить некто и, представившись пилотом с «того самого» НЛО, попросить о встрече. К другому могут «прийти» во сне и предупредить: наша «тарелка» сядет возле твоего дома, но ты не дол-

мул, но при ближайшем рассмотрении, как правило, оказывается, что это всего лишь очень лихо составленная научнообразная болтовня ни о чем.

— Может быть, мы пока не способны их понять?

— Зачастую послания не только не согласуются, но даже противоречат друг другу, вот в чем парадокс. Вообще феномен НЛО — это клубок абсурдных, с нашей точки зрения, противоречивых явлений, которые опровергают сами себя. Французский уфолог Гверин сформулировал нечто вроде правила: «В уфологии всякий закон немедленно фальсифицируется последующими наблюдениями, и так скоро, как он сформулирован».

— Но из клубка все-таки можно вытащить кончик нити и сделать какие-то выводы.

гибридной расы, и это только вершина чудовищного айсберга, каким является феномен НЛО.

— Сейчас модно говорить о параллельных цивилизациях, мирах и о глобальном контроле за развитием человечества. Есть и более обидные формулировки типа «манипулирование». Вы с этим согласны?

— Феномен НЛО действительно так или иначе воздействует на наше развитие, если, конечно, пришельцы не стояли у истоков возникновения человечества. Он не желает соответствовать ни теориям, ни здравому смыслу, и все это на фоне активизации других аномальных явлений. Наука вынуждена осторожно соглашаться с выводами некоторых ученых, что существует иная, обычно невидимая,

ражат воображение и душу, в конечном счете тиражируются массовым образом, как это происходит сейчас с НЛО.

Стоит ли удивляться, что под напором огромного количества аномальных явлений мы начинаем верить в нечто, превышающее разум и логику, — в галактическое содружество гуманоидов и их заботу о благополучии человеческой цивилизации, о чем, кстати, пришельцы неустанно твердят при любом контакте с людьми. Несмотря на результаты физиологических исследований гуманоидов с НЛО, рассекреченные в последние годы, справедливым остается мнение, что манифестация НЛО является современной вариацией демнологического феномена.

Вас шокирует предположение, что регулируется уровень человеческой веры? Но разве оно более невероятно, чем сами НЛО, демонстрирующие в буквальном смысле чудеса? И хотя наука отрицает подобные явления, но чудеса-то продолжают. Чем обширнее станут наши знания, тем больше случайного и необъяснимого будет появляться в жизни, как бы в качестве компенсации. Странности начнут преследовать нас в быту, влиять на показания приборов и в конце концов заставят усомниться в том, что мы считали азбучными истинами. Больше знаний — больше чудес, и эту битву знаниям не выиграть. Материализация и «растворение» в воздухе, левитация, передача мыслей и образов, скачки во времени — все это присутствует в контактах с НЛО.

— Чудесная перспектива. И нам ничего не остается, кроме как устало махнуть рукой: все в мире возможно.

— Вероятно, наши знания — порочный круг, в который мы сами себя загнали, вместе с техникой и пресловутым рациональным мышлением. Мир, в котором все возможно, нам не удастся обойти стороной, это понятно уже сегодня. Все идет своим чередом. Летают НЛО, появляются барабашки, растет число различных экстрасенсов. Кстати, парапсихические способности у многих просыпаются именно после контактов с НЛО.

— Поразительно, что многие контакты сопровождается канонический, можно сказать, запах серы, хотя ни дьявола, ни чертей — одни инопланетяне.



— Ну что ж, давайте тогда коротко вспомним основные проявления феномена. Первый уровень — это, разумеется, разного рода контакты с НЛО — в воздухе и на земле, с пилотами на борту их аппаратов. Второй — неизвестные существа непонятным образом возникают и исчезают, иногда прямо в домах людей. Третий — телепатический (ментальный) — все происходит в сознании спящего или бодрствующего человека. Все три уровня связаны между собой.

Несколько лет назад уфологи расследовали один такой случай, произошедший в подмосковном городке военных летчиков. Ранним утром Марина Н., проводив мужа на службу, решила часок поспать. Проверив замок и цепочку на входной двери, она вернулась в комнату и присела на кровать. Неожиданно помещение озарила яркая вспышка света, на какое-то время ослепившая Марину. Когда зрение пришло в норму, она увидела прямо перед собой огромного человека, одетого в нечто вроде костюма аквалангиста. От страха женщина чуть не упала в обморок. В этот момент она услышала очень сильный, с металлическим звоном голос: «Я ничего плохого не сделаю, мы заберем тебя». Марина стала умолять незваного гостя оставить ее, поскольку она нужна мужу и дочери, а на работе в клинике ее ждут

ВНОСИВШИХ СМЯТЕНИЕ В ЛЮДСКИЕ ДУШИ.

больные люди. В ответ женщина услышала: «Нам не нужно твое тело, нам нужны твои мысли». Тогда Марина дрожащим голосом спросила: «Если не меня, а только мои мысли, можно ли перенести это на другой раз? Я не могу сейчас, я не готова!» Комнату вновь озарила вспышка света, и пришелец исчез. Женщина позвонила соседям. Осмотрев Марину, они не могли понять, откуда на ее лице и руках появились странные пятна. В течение двух лет Марина находилась под наблюдением уфологов и медиков. Человеку, встретившемуся с НЛО, через некоторое время может позвонить некто и, представившись пилотом с «того самого» НЛО, попросить о встрече. К другому могут «прийти» во сне и предупредить: наша «тарелка» сядет возле твоего дома, но ты не должен никому говорить об этом, иначе встреча не состоится. Словом, вариантов множество. Так называемые пришельцы то добры к человеку, то агрессивны по отношению к нему. Одни говорят, что прибыли с Юпитера, другие — из какой-нибудь далекой галактики. Порой они могут надиктовать целые послания, для вящей убедительности усилив их богатым набором фор-

мул, но при ближайшем рассмотрении, как правило, оказывается, что это всего лишь очень лихо составленная наукообразная болтовня ни о чем.

— **Может быть, мы пока не способны их понять?**

— Зачастую послания не только не согласуются, но даже противоречат друг другу, вот в чем парадокс. Вообще феномен НЛО — это клубок абсурдных, с нашей точки зрения, противоречивых явлений, которые опровергают сами себя. Французский уфолог Гверин сформулировал нечто вроде правила: «В уфологии всякий закон немедленно фальсифицируется последующими наблюдениями, и так скоро, как он сформулирован».

— **Но из клубка все-таки можно вытащить кончик нити и сделать какие-то выводы...**

— Пока они таковы. Внешний вид НЛО, облик гуманоидов, их поведение, высказывания и прочие детали — это лишь форма, которая, в принципе, может быть любой, поэтому ее значение не столь уж велико. Главное, что удалось вытянуть из клубка, — все возрастающее число похищений людей на всех континентах, прямое доказательство создания пришельцами

гибридной расы, и это только вершина чудовищного айсберга, которым является феномен НЛО.

— **Сейчас модно говорить о параллельных цивилизациях, мирах и о глобальном контроле за развитием человечества. Есть и более обидные формулировки типа «манипулирование». Вы с этим согласны?**

— Феномен НЛО действительно так или иначе воздействует на наше развитие, если, конечно, пришельцы не стояли у истоков возникновения человечества. Он не желает соответствовать ни теориям, ни здравому смыслу, и все это на фоне активизации других аномальных явлений. Наука вынуждена осторожно соглашаться с выводами некоторых ученых, что существует иная, обычно невидимая, но вторгающаяся в нашу жизнь реальность, которая ответственна за аномальные явления, в том числе за НЛО. Посредством «тарелок» и прочего регулируется не что иное, как уровень веры людей во что-либо. Мы сами сегодня таковы, что более всего склонны верить в космических пришельцев. События, в которые мы не верим, быстро затухают, а те, что становятся достоянием общества, будо-

редача мысли и... во времени — все это присутствует в контактах с НЛО.

— **Чудесная перспектива. И нам ничего не остается, кроме как устало махнуть рукой: все в мире возможно.**

— Вероятно, наши знания — порочный круг, в который мы сами себя загнали, вместе с техникой и пресловутым рациональным мышлением. Мир, в котором все возможно, нам не удастся обойти стороной, это понятно уже сегодня. Все идет своим чередом. Летают НЛО, появляются барабашки, растет число различных экстрасенсов. Кстати, парапсихические способности у многих просыпаются именно после контактов с НЛО.

— **Поразительно, что многие контакты сопровождаются каноническим, можно сказать, запахом серы, хотя ни дьявола, ни чертей — одни инопланетяне.**

— Не забывайте и еще об одной стороне проблемы. Ангелы, демоны, инопланетяне меняются вместе с нами. Они есть то, во что мы верим, и в этом смысле феномен НЛО подобен зеркалу, в котором видны мы сами, может быть, в несколько гипертрофированном виде, но зато со всеми нашими страхами, комплексами и надеждами.

Владимир ЗАБЕЛЫШЕНСКИЙ

МОЗАИКА

ЗМЕЙ-РАКЕТА

Многоступенчатые ракеты появились в XX в. Но, оказываясь, нечто подобное существовало и в старину. Например, китайский воздушный змей XI в. Его использовали во время морских сражений: такой змей-ракета мог летать на расстояние до 300 м и поджигать неприятельские корабли. Пороховые заряды в хвостовой части были двигателями, а в головной — зажигательной бомбой. Предания гласят, что вид летящего чудища, извергающего огонь, вызывал у неприятеля панический ужас.

ЖИЗНЬ В СОЛНЕЧНОЙ СИСТЕМЕ

Живые существа могут быть по крайней мере на 10 небесных телах Солнечной системы, помимо Земли. Во всяком случае, так считает американский профессор астрономии, доктор Томас Голд. Это ближайший к нам Плутон, спутники Юпитера — Ганимед и Европа, планеты-карлики Паллас и Веста, которые вращаются вблизи Юпитера и Марса. Кроме того, жизнь возможна на самом Марсе и даже на Луне, где были обнаружены следы воды.

Подобный вывод ученый сделал, опираясь на результаты исследований земных морей и океанов. Проводившие их экспедиции обнаружили на огромной глубине связанные экологические системы — ракушек и червей красного цвета, существующих в абсолютной тьме и питающихся бактериями. Поначалу специалисты сочли это исключительным явлением земной жизни, но затем выяснилось: речь идет о регулярной форме жизни, так как было обнаружено около 100 подобных экосистем.

До сих пор наука считала: жизнь могла возникнуть только на тех планетах, которые вращаются настолько близко к Солнцу, что на их поверхности имеется находящаяся в жидком состоянии вода. Сейчас, однако, уже несомненно, что жизнь значительно более «оппортунистична», иначе говоря, диапазон условий ее возникновения гораздо шире.

ИНОПЛАНЕТНЫЙ РЫЦАРЬ

В 1973 г. уфологическая организация МУФОН тщательно обследовала окрестности городка Аурора (США, штат Техас), где, по слухам, в апреле 1897 г. потерпел катастрофу загадочный летательный аппарат.

Местная газета сообщила, что ранним утром 17 апреля несколько горожан заметили в небе сигарообразный объект. На глазах у наблюдателей он врезался в ветряную мельницу и разлетелся на куски.

Двое мужчин видели, как с неба спустились корабли в форме сигар и оттуда вышли какие-то низкорослые существа. Они что-то делали возле обломков НЛО. Заметив, что пришельцы обратили на них внимание, люди в панике ретировались.

На другой день оба вернулись к месту катастрофы. В земле были вырыты два углубления, выглядевшие как свежие могилы.

Уфологам удалось обнаружить близ разрушенной мельницы какие-то загадочные куски металла. Один из образцов был подвергнут тщательному анализу. Вскоре вы-



яснилось, что он состоит из сплава алюминия с железом странной кристаллической структуры.

Много лет спустя этой историей заинтересовался профессор Роберт Слотер. Вместе с приятелем он начал раскопки в районе предполагаемого захоронения. Их усердие было вознаграждено: они

наткнулись на скелет удивительного существа!

Рост таинственного создания составлял около 40 дюймов. Оно имело довольно большой череп со странными глазницами: внутри каждой торчали четыре круглые кости. Подбородок был узким, заостренным, зубы похожи на человеческие. На каждой конечности — по четыре пальца.

Существо было одето в металлический жилет, напоминающий кольчугу, и подпоясано обручем, к которому крепился меч с лезвием из сине-зеленого стекла и серебряной рукояткой, украшенной загадочной эмблемой наподобие древнего герба, — словом, инопланетянин выглядел как средневековый рыцарь.

По непроверенным данным, профессор Слотер хранил таинственный скелет у себя дома. Ученый скончался в 1998 г. Недавно его вдова Юдит якобы объявила о намерении передать останки пришельца в музей МУФОНа.

Дина КУНЦЕВА



Первыми подводными «археологами» были ныряльщики, которые пытались достать сокровища затонувших испанских галеонов. Конечно, их интересовало только золото, а не культура исчезнувших цивилизаций. Поскольку водолазный костюм был слишком громоздким и не позволял свободно перемещаться под водой, до конца Второй мировой войны учеными на морском дне было обследовано не более десятка объектов. В 40-х гг. XX в. всем известный французский океанограф Жак-Ив Кусто и инженер Эмиль Ганьян изобрели акваланг — автономный аппарат для дыхания человека под водой. Первыми объектами исследований стали, конечно же, затонувшие корабли.

Дело в том, что на подобных судах время словно бы останавливается, и их изучение помогает специалистам понять образ жизни древних цивилизаций, технологии того времени, проливает свет на миграции народов и их торговые связи. В 50-е гг. археологи нашли корабль бронзового века, затонувший в 1200 г. до н.э. возле мыса Гелидония, а в 1982 г. вблизи деревни Каса у южного побережья Турции ими было обнаружено судно XIV в. до н.э.! Обследовав его, ученые поразились, сколько сокровищ хранил древний корабль: множество ценных предметов из золота, керамические амфоры из Микен и с Кипра, а также самые ранние из когда-либо обнаруженных образцов синего стекла, вероятно, предназначенного для изготовления ювелирных изделий.

Настоящим подводным музеем является Средиземное море. Ежегодно на его дне удается найти от 50 до 100 старинных кораблей. А поскольку статистические данные о морской торговле античности у ученых практически отсутствуют, каждое такое судно для них поистине подарок судьбы. В 1967 г. рядом с небольшим портовым городком Мадраг-де-Жьен был обнаружен римский корабль, который затонул в 70-60-х гг. до н.э. Судно шло с грузом вина из Италии и могло вывезти до 6 тыс. амфор, т.е. обладало грузоподъемностью 350-400 т. Но оказалось, что в своем последнем рейсе судно было загружено не

С изобретением акваланга дно морей и океанов превратилось в настоящий Клондайк для археологов. Историческое наследие исчезнувших цивилизаций, ранее существовавших на нашей планете, стало наконец доступным для ученых, и сенсационные находки не заставили себя ждать. Самая последняя из них — древний город Гераклион, обнаруженный в районе устья Нила.

часть богатств удалось извлечь на поверхность, но только в 1956-1959 гг. началось детальное археологическое исследование города. Была составлена карта затонувшего поселения, подняты сотни различных предметов, в том числе и золотые часы, стрелки которых остановились в 11 ч. 43 мин., — так ученые узнали точное время ката-

древнюю береговую линию и русла рек. А недавно была обнаружена самая настоящая хижина! В ней удалось различить не только керамические сосуды, а даже каменный топор. Так находки подводных археологов позволяют заново переписывать историю древних цивилизаций. В 332 г. до н.э. Александр Македонский основал прекрасный го-

вычислив уровень девиации (отклонения) магнитного поля Земли за определенный исторический период, его коллеги установили, где находятся два исчезнувших города — Гераклион и Менутфис. Они оказались на морском дне в 4 милях от суши, на глубинах от 6 до 9 м.

Наверное, так будет выглядеть легендарная Атлантида, когда ее найдут морские археологи: колоссальные статуи, занесенные илом древние храмы, обломки колонн и амфор — подобная картина предстала перед глазами аквалангистов, обнаруживших исчезнувший город Гераклион. Морские археологи с волнением разглядывали головы статуй с эллинскими бородками, золотые монеты с византийскими надписями, неповрежденные амфоры, лица фараонов с чувственными губами, изваянные из базальта.

Этим летом начался подъем наиболее ценных находок. 8 июня ученые из Парижского института подводной археологии продемонстрировали свою добычу, а похвастаться им было чем. В затонувшем Гераклионе обнаружили самое крупное из известных египетских надгробий, большой интерес вызвала и прекрасно сохранившаяся стела из черного гранита с надписью на древнегреческом языке, которая предписывала торговцам заплатить 10-процентную пошлину. На выставке можно было полюбоваться и на огромные статуи из розового гранита: одна является изображением древнегреческой богини Гиппы, две другие — не известный ученым фараон и его супруга. Многие скульптуры покрывал 2-метровый слой донных осадков, и, чтобы их найти, археологи использовали специальные эхолоты.

Как считают геологи, древние портовые города оказались в морской пучине в результате катастрофического землетрясения. Жители не успели ничего забрать, возможно, многие из них погибли, а их имущество, в том числе деньги и драгоценности, поглотило море. Наиболее ценные находки попадают музейные собрания, но многое останется и на морском дне: в этом месте планируется создать своеобразный исторический парк для любителей подводного плавания. Аквалангисты смогут проплыть над древними улицами, увидеть

ПОДВОДНЫЙ КЛОНДАЙК



Когда-то здесь был город Гераклион

тики и у побережий Греции, Турции, Израиля и США — поселения неолита и мезолита (5-10 тыс. лет назад), а в 80-х гг. в Северном море и у побережий Франции, Италии и Греции — памятники материальной культуры палеолита (от 10 до 45 тыс. лет).

Порт-Ройал называют «подводными Помпеями». Незадолго до полудня 7 июня 1692 г. мощное землетрясение разверзло морскую пучину, и город мгновенно оказался под водой. Некоторые сочли это

строфы. В 60-е гг. было поднято около 20 тыс. железных предметов, 2 тыс. стеклянных бутылок, 500 серебряных и цинковых сосудов и 2 клада испанских серебряных монет. Подводные археологи и поныне периодически возвращаются к исследованиям Порт-Ройала; без сомнения, самые удивительные находки еще впереди.

Недавно подводным археологам удалось подтвердить и предание о Всемирном потопе. В прошлом году Роберту Балларду, который в свое

роде, памятник самому себе — порт Александрию, который длительное время занимал господствующее положение на египетском побережье и стал центром науки и культуры древнего мира. Кроме Александрии на Средиземноморском побережье Египта существовали и другие шумные портовые города — Каноп, Гераклион и Менутфис, своеобразные древние Лас-Вегасы, жители которых проводили время в азартных играх, пирушках и оргиях. Каноп был очень популярен среди

Постоящим подводным музеем является Средиземное море. Ежегодно на его дне удается найти от 50 до 100 старинных кораблей. А поскольку статистические данные о морской торговле античности у ученых практически отсутствуют, каждое такое судно для них поистине подарок судьбы. В 1967 г. рядом с небольшим портовым городком Мадраг-де-Жьен был обнаружен римский корабль, который затонул в 70–60-х гг. до н.э. Судно шло с грузом вина из Италии и могло вмещать до 8 тыс. амфор, т.е. обладало приличной по тем временам грузоподъемностью 350–400 т. Но оказалось, что в своем последнем плавании судно было загружено не полностью: кроме амфор, капитан взял еще и черную глазурованную керамику. Любопытно, что подводным археологам удалось установить факт подъема и спасения части груза сразу после крушения. На это указывало большое количество ныряльщиков как балласт для скорейшего достижения дна. Древние сумели извлечь два ряда амфор из трех, находившихся по правому борту судна.

Еще больший интерес для археологов представляют затонувшие города и поселения. В начале 70-х гг. в Греции и Израиле были обнаружены гавани бронзового века (1500 г. до н.э.), затем на Бал-

Когда-то здесь был город Гераклион

тике и у побережий Греции, Турции, Израиля и США – поселения неолита и мезолита (5–10 тыс. лет назад), а в 80-х гг. в Северном море и у побережий Франции, Италии и Греции – памятники материальной культуры палеолита (от 10 до 45 тыс. лет).

Порт-Ройал называют «подводными Помпеями». Незадолго до полудня 7 июня 1692 г. мощное землетрясение разверзло морскую пучину, и город мгновенно оказался под водой. Некоторые сочли это карой Господней, ведь Порт-Ройал являлся прибежищем пиратов, воров, головорезов и искателей приключений, которые использовали город в качестве своеобразного банка для хранения награбленных сокровищ. Неудивительно, что он уже давно привлекал внимание кладоискателей. Буквально на следующий день после катастрофы была предпринята первая попытка поднять затонувшие богатства, но результаты из-за примитивности технических средств оказались весьма скромными. Не одно столетие охотники за сокровищами пытались найти затонувшие ценности. Никто точно не знает, какую

строфы. В 60-е гг. было поднято около 20 тыс. железных предметов, 2 тыс. стеклянных бутылок, 500 серебряных и цинковых сосудов и 2 клада испанских серебряных монет. Подводные археологи и поныне периодически возвращаются к исследованиям Порт-Ройала; без сомнения, самые удивительные находки еще впереди.

Недавно подводным археологам удалось подтвердить и предание о Всемирном потопе. В прошлом году Роберту Балларду, который в свое время нашел знаменитый «Титаник», посчастливилось обнаружить следы катастрофического наводнения, от которого примерно в 5500 г. до н.э. пострадали огромные пространства севера Турции. Баллард искал доказательства того, что Черное море, которое, по мнению ряда ученых, было в свое время большим пресноводным озером, около 7500 лет назад стремительно заполнилось соленой водой, прорвавшейся из Средиземного моря в районе Босфора. При этом была затоплена часть суши, по площади равная Коста-Рике. Команде Балларда удалось подтвердить эту гипотезу, когда на глубине 168 м они нашли

род, памятник самому себе – порт Александрию, который длительное время занимал господствующее положение на египетском побережье и стал центром науки и культуры древнего мира. Кроме Александрии на Средиземноморском побережье Египта существовали и другие шумные портовые города – Каноп, Гераклион и Менутфис, жители которых проводили время в азартных играх, пирушках и оргиях. Каноп был очень популярен среди жителей Александрии, посещавших этот город во время многочисленных празднеств. В канопский храм Сараписа со всех окрестных городов и селений стекались больные люди в надежде на исцеление. Геродот и другие древние историки и писатели одновременно и воспевали эти города, и порицали их жителей за многочисленные пороки.

Сегодня турист, посетивший мыс Абу-Кир в Северном Египте, прогуливаясь по пляжу, увидит только песок и накатывающиеся на берег волны. Где же древние города, которые ранее располагались в этих местах? В июне 2000 г. морской археолог Фрэнк Годдио объявил, что,

Многие скульптуры покрывались тонким слоем донных осадков, и, чтобы их найти, археологи использовали специальные эхолоты. Как считают геологи, древние портовые города оказались в морской пучине в результате катастрофического землетрясения. Жители не успели ничего забрать, возможно, многие из них погибли, а их имущество, в том числе деньги и драгоценности, поглотило море. Наиболее ценные находки пополнят музейные собрания, но многое останется и на морском дне: в этом месте планируется создать своеобразный исторический парк для любителей подводного плавания. Аквалангисты смогут проплыть над древними улицами, увидеть гигантские скульптуры, развалины храмов, а пока обследование нового археологического Клондайка продолжается.

Любопытно, что Абу-Кир уже не в первый раз радует подводных археологов поистине сенсационными находками. Лет десять назад здесь были обнаружены суда наполеоновского флота, потопленные адмиралом Нельсоном. Пушечные ядра, монеты, секстанты, посуда, шрифты, научное оборудование и другие предметы, поднятые с кораблей, уже заняли почетные места в музеях Александрии.

Федор ПЕРФИЛОВ

ФАРАОНЫ ЗАГОВОРИЛИ

Неужели фараоны после многих тысяч лет молчания наконец-то заговорят? Во всяком случае, на это надеются ученые, которые пытаются «подвергнуть допросу» останки бывших властелинов. В этом им помогает специальный банк тканей, предоставляющий данные на основании взятых у мумий образцов.

При исследовании тканей большинства бывших восточных правителей ученые обнаружили следы заболевания, причиной которого являлись существующие в крови паразиты, были найдены и выполняющие защитную функцию антитела. На основании проб на ДНК специалисты пытаются прояснить картину родственных отношений между фараонами, что даст возможность составить более точное представление о правящих династиях.

Благодаря подобному обследованию наконец-то выяснится, вступали ли египетские правите-



ли в брак с другими слоями населения. Не исключено также, что удастся установить, кто был отцом Тутанхамона. Вполне вероятно, что кандидат номер один – Эхнатон – страдал таким наследственным заболеванием, которое проявляется на генном уровне.

А вот сотрудники Манчестерского музея нашли в волосах древнеегипетской мумии... следы никотина.

Древние египтяне были знакомы с марихуаной и опиумом, однако то, что они курили табак или жевали листья коки... До сих пор считалось, что табак попал в Старый Свет только в XV столетии, ведь растений, содержащих никотин, в Старом Свете не было, их привезли из Америки. Таким образом, гипотеза, что Египет во времена фараонов имел широкие связи с Америкой, получила еще одно неожиданное подтверждение.

ОСТРОВ-МУЗЕЙ

– так называют остров Менорка (самый северный из Балеарских островов). На этом сравнительно небольшом отрезке земли (48 км в длину и 16 в ширину) разместилась целая коллекция древних памятников. Судите сами: дольмены – 2, столбобразные каменные алтари – 9, сложенные из камней гробницы бронзового века – 15, стоянки доисторических людей – 31, высеченные в скалах гробницы – 32, старинные башни – 32, дозорные круглые башни – 35.

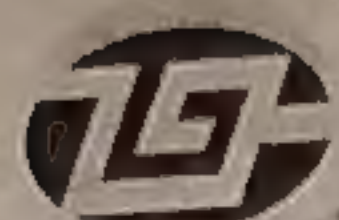
ПАГОДА НА ВАЛУНЕ

В Бирме находится одно из любопытнейших творений рук человеческих – пагода Кияик-ти-йо. Это здание высотой около 6 м построено на раскачивающемся от ветра валуне, который лежит на краю скалы. Издали кажется, что камень вот-вот покатится вниз, но многотонный валунчик (высота его около 15 м, а ширина и того больше!) лежит как бы во впадине скалы, и хотя глыба периодически покачивается от ветра, рухнуть она может только в случае сильного землетрясения. По преданиям, под скалой находятся мощи Будды, вероятно, поэтому стихия и щадит это творение природы. Но как же все-таки монахам удалось соорудить пагоду на вершине облизанного со всех сторон валуна? Похоже, без чуда здесь точно не обошлось...

ЗЕРКАЛО ДОРОЖЕ РАФАЭЛЯ...

Примерно в 1500 г. во Фландрии придумали смачивать плоское стекло ртутью и приклеивать на его поверхность оловянную фольгу – таким образом получали зеркала. Однако цена их была просто невероятной: зеркало размером 120 x 60 см стоило в 2,5 раза дороже, чем полотно Рафаэля!

МОЗАИКА



В библиотеке Тринити-колледж Кембриджского университета хранится Книга Гervasия, составленная монахами Кентерберийского аббатства. В этом документе описано необычное явление, которое 18 июня 1178 г. наблюдали пять человек: «Вдруг верхний конец молодого месяца рассыпался на части, из него вырвался огонь, а сам месяц начал дергаться и извиваться, как раненая змея. Минуту спустя он вновь стал прежним, а потом явление повторилось 6 или более раз, после чего все успокоилось».

В то же самое время на другой стороне земного шара, в Новой Зеландии, где было уже 19 июня, произошла страшная катастрофа, память о которой до сих пор хранят племена аборигенов-маорийцев: «Небо вспыхнуло, раздался ужасный грохот. Божественный ветер ломал деревья у самых корней, сдирая землю вместе с растениями, вода в реках и водоемах кипела и испарялась, животные и люди сгорали на месте». Картина произведенных опустошений несколько напоминала ту, что предстала перед глазами исследователей на месте падения Тунгусского метеорита, но в данном случае на большом пространстве была уничтожена не только вся растительность, но и семена, а также корни и микрофлора, что сделало землю совершенно бесплодной. В эпицентре, где температура, видимо, достигала миллионов градусов, произошло нечто вроде термоядерной реакции, и внутри кратера появились мельчайшие капельки золота.

Странное поведение молодого месяца, зафиксированное пятью монахами в 1178 г., долгое время почему-то не привлекало внимания ученых, которые, возможно, затруднились объяснить данное явление, и лишь в феврале 1938 г. телевизионный канал «Discovery» рассказал об этом происшествии, не упомянув, впрочем, о шестикратном повторении феномена. Эксперты предположили, что причиной вспышки стало столкновение Луны и огромного метеора, в результате чего возник гигантский кратер Джордано Бруно, открытый при съемках обратной стороны нашего ночного неба.

Более 820 лет назад в Тапануи (Новая Зеландия) произошло событие, которое так или иначе повлияло на судьбы всего человечества, но должным образом оценено не было, а ведь его вполне можно считать всемирной катастрофой. Сейчас, много сотен лет спустя, люди сами подводят мир к роковой черте.

владениями на каком-то устройстве. Неподалеку от кратера Тапануи и по сей день существует небольшая маорийская деревня Раки-ура.

ПО СЛЕДАМ ВСЕМИРНОЙ КАТАСТРОФЫ

мнению профессора, 19 июня над южной оконечностью Новой Зеландии взорвался космический поезд, состоявший из семи звеньев, каждое из которых

Колебания земного шара привели к многочисленным землетрясениям и цунами, одно из которых примерно в 1200 г. стало причиной того, что остров Кипр переместился на запад. Смещение магнитных

чиной расширения пустынь и уменьшения пастбищных площадей, что подтолкнуло ранее спокойных кочевников к продвижению на запад. Первым их предводителем, как известно, был родившийся примерно в 1155 г. Чингисхан, который, как повествуют монгольские хроники, в 20 с небольшим видел в южной части неба какое-то странное световое явление, которое вполне могло быть отраженным ионосферой отблеском взрывов в Тапануи.

Профессор Пайак утверждает: мощные завихрения магнитных полей, вызванные перемещением полюсов, сильно повлияли на нервно-психическое состояние людей, излишне возбуждая левое полушарие головного мозга, что привело к появлению таких черт характера, как нетерпимость, ярко выраженное суеверие и агрессивность по отношению ко всему незнакомому или чуждому.

Подобные свойства нрава были характерны для эпохи, называемой «мрачным средневековьем» и наступившей вскоре после катаклизма на Тапануи. Постепенно вихревые магнитные потоки затихали, и происходило это до середины нашего столетия, когда хаос снова стал нарастать, но теперь по вине самого человечества.

Окружающие нас со всех сторон электрические и электромагнитные устройства, вроде бы предназначенные для облегчения жизни, на самом деле оказывают непрерывное давление на нервную систему и излишне возбуждают левое полушарие головного мозга. Не менее опасно и акустическое давление на психику, особенно вреден ультра- и инфразвук, и у молодежи, часами слушающей через наушники или на дискотеках агрессивную музыку, происходят необратимые изменения в клетках мозга, в результате чего юное поколение становится более податливым к воздействию оглуляющей рекламы.

Кроме того, сцены агрессии и жестокости, которыми изобилуют книги, фильмы и сводки новостей, вызывают в перевозбужденном мозгу резонансные колебания, из-за чего обыкновенные несчастья вскоре перестают волновать и

капельки золота.

Странное поведение молодого месяца, зафиксированное пятью монахами в 1178 г., долгое время почему-то не привлекало внимания ученых, которые, возможно, затруднились объяснить данное явление, и лишь в феврале 1998 г. телевизионный канал «Discovery» рас-
сказав об этом происшествии, не упомянув, впрочем, о шестикратном повторении феномена. Эксперты предположили, что причиной вспышки стало столкновение Луны и огромного метеора, в результате чего возник гигантский кратер Джордано Бруно, открытый при съемках обратной стороны нашего ночного светила.

Однако профессор Ян Пайак, физик и астроном, почти 20 лет проживший в Новой Зеландии и посвятивший эти годы исследованию катаклизмов, когда-то произошедшего в Тапануи, считает по-другому. По его мнению, существует прямая связь между катастрофой в Новой Зеландии и вспышками на Луне, описанными в Книге Гервасия.

Профессор, занимающийся еще и исследованием мифов разных народов, установил, что само название Тапануи по-маорийски означает «ужасный взрыв». Легенды, собранные Пайаком в этой местности, рассказывают о том, что некогда страной правил бог по имени Тама-у, «могущественный с неба», который до дня трагедии летал над своими

причиной события, которое так или иначе повлияло на судьбы всего человечества, но должным образом оценено не было, а ведь его вполне можно считать всемирной катастрофой. Сейчас, много сотен лет спустя, люди сами подводят мир к роковой черте.

владениями на каком-то устройстве. Неподалеку от кратера Тапануи и по сей день существует небольшая маорийская деревня Раки-ура, что означает «горящее небо».

Ян Пайак опроверг мнение ученых относительно происхождения кратера. По утверждению Пайака, ни один из них не удосужился побывать в Тапануи на месте катаклизма. Исследователи говорили о том, что кратер Тапануи возник в результате удара о землю большого метеорита, но тогда он должен иметь воронкообразную форму, а кратер плоский, словно в этом месте над поверхностью земли произошел очень мощный взрыв.

Пайак, предложивший идею нового типа ракетного двигателя, при работе которого образуется магнитное поле огромной мощности, считает, что авария подобного устройства во время полета могла бы привести к такому же взрыву, который наблюдался в Тапануи. По

ВСЕМИРНЫЕ КАТАСТРОФЫ

мнению профессора, 19 июня над южной оконечнос-

тью Новой Зеландии взорвался космический поезд, состоявший из семи звеньев, каждое из которых было снабжено двигателем, напоминающим изобретенный им.

По мнению Пайака, монахи Кентерберийского аббатства видели отраженные поверхностью Луны вспышки необыкновенно яркого света, сопровождавшие семь следовавших один за другим взрывов на Тапануи.

Профессор не ограничился исследованием окрестностей Тапануи. Он выяснил, например, что катаклизм 1178 г., мощность которого равнялась примерно 3,5 тысячи бомб, упавших на Хиросиму, вывел из равновесия земной шар. Легенды маорийцев гласят: «Земля после этого качалась, как пьяная». К тому же в результате катастрофы сместились магнитные полюсы, ранее совпадавшие с географическими: северный отклонился на 13°, южный — на 24,5°.

Колебания земного шара привели к многочисленным землетрясениям и цунами, одно из которых примерно в 1200 г. стало причиной того, что остров Кипр переместился на запад. Смещение магнитных полюсов обусловило изменения направления ветров и количества осадков, что сформировало новые климатические условия, отразившиеся в истории человечества.

Вскоре после 1200 г. были зафиксированы следующие явления:

- оттаял Берингов пролив — естественный ледовый мост между Сибирью и Аляской, что остановило миграцию народов из Азии в Америку;

- покрылись льдом Гренландия и северная часть Скандинавского полуострова, Балтийское море стало замерзать зимой, что сдержало орды викингов;

- потепление в южной части нынешних Соединенных Штатов, в Гватемале, Боливии, Южной Мексике привело к появлению пустынь, следовательно, к исчезновению мощных цивилизаций;

- потепление на территориях, заселенных монголами, стало при-

инфразвук, и у молодежи, часами слушающей через наушники или на дискотеках агрессивную музыку, происходят необратимые изменения в клетках мозга, в результате чего юное поколение становится более податливым к воздействию оглуляющей рекламы.

Кроме того, сцены агрессии и жестокости, которыми изобилуют книги, фильмы и сводки новостей, вызывают в перевозбужденном мозгу резонансные колебания, из-за чего обыкновенные несчастия вскоре перестают волновать читателей и зрителей, их потребность в ужасах все возрастает. Иных она толкает даже на убийство: просто так, для развлечения...

Нынешний разгул злобы, нетерпимости и жестокости вполне можно назвать новым средневековьем, но уберечь себя и своих близких от опасного безумия все-таки можно: постарайтесь свести количество электроприборов в доме к минимуму, не сидите часами перед телевизором, откажитесь от слишком громкой и агрессивной музыки, прислушайтесь к рекомендациям йогов, которые понимают вредоносное влияние злобы на человеческую психику и поэтому советуют избегать ее как в активной форме, не вступая в драки и даже скандалы, так и в пассивной, отказываясь от просмотра фильмов, изобилующих сценами агрессии.

Марина ЛЫКОШИНА

МОЗАИКА

ЗВЕЗДА И ПЕТУХИ

Петухи поют, ориентируясь на звезды, точнее, на звезду Канопус, — к такому выводу пришли американские ученые. В ходе исследований, целью которых было выяснить, каким часам подчиняются петухи, они установили, что «первые» петухи поют, когда звезда Канопус появляется над горизонтом, «вторые», наоборот, когда она прячется за горизонтом. Что же влияет на «третьих», неизвестно. Но вот что интересно: именно на Канопус ориентировалась автоматическая станция «Маринер-IV» во время полета к Марсу.

Кстати, о Канопусе. Это альфа созвездия Киля (Южное полушарие), звезда первой величины, вторая по блеску после Сириуса. На территории нашей страны не видна, стало быть, у российских петухов свой звездный «маяк».

ЖИЗНЬ С КОМЕТЫ?

Предположение, что в свое время жизнь была занесена на Землю из космоса, не лишено оснований. Это вполне могли проделать кометы, которые содержат необходимые для возникновения жизни вещества.

Как отмечают ученые, кометы состоят из загрязненного льда и в моменты сближения со светилом стремительно тают, выбрасывая гигантские облака пара, газов и пыли. Все это — необходимые для образования аминокислот, являющихся строительными кирпичиками живой материи. По всей вероятности, в период формирования Земли данные соединения были рассеяны на ее поверхности именно кометами.

ЧТОБЫ НЕ СГЛАЗИЛИ

Порча, или околдование, в оккультизме означает вред, причиняемый магическим путем. Существует много способов порчи: колдун придумывает приемы сообразно обстоятельствам. Наиболее распространенными являются напуск, чары, дурной глаз, наговорная вода. В русском языке есть выражение «пустить порчу по ветру»: чародей, уловив благоприятный момент, берет с дороги пыль и, произнеся определенное заклинание, бросает ее в направлении жертвы околдования.

Как же избежать сглаза? Вот несколько советов бывалых людей: не рвите цветов на кладбище, не пейте воды из болота, не старайтесь пересмотреть человека, который глядит на вас в упор. Особенно бойтесь глаз цыганок!



По поверьям, «порчу отхаживают назад пятнами». Порчельнику (то есть больному, испорченному сглазом, наговором) полезно употреблять внутрь ладан, как можно чаще посещать храм и молиться. Ему нельзя пить пиво, водку, необходимо поститься.

Если же человек с дурным глазом в упор смотрит на вас, пытаясь навязать свою волю, опустите глаза в землю — через нее злые чары вернутся к колдуну в виде головной боли. Существует еще один способ защититься от сглаза: надо, когда кто-

либо начинает хвалить, прикусить немного кончик языка и мысленно послать порчу ему обратно. Можно также незаметно для окружающих скрестить ноги, руки либо пальцы рук или тайком, в кармане, показать чародею кукиш. Для женщин хорошей защитой являются пышные волосы, для мужчин — усы и борода.



Григорий ГРАБОВОЙ

Применяет ясновидение для решения различных проблем. Исцеляет от острых, хронических, тяжелых заболеваний и новообразований. Проводит восстановление разрушенной ткани. Омолаживает. Корректирует будущее в необходимом направлении. Обучает ясновидению, целительству и дистанционному управлению по своей системе спасения. Оптимизирует бизнес.

Грабовой Григорий Петрович окончил факультет прикладной математики и механики Ташкентского государственного университета. В Москве получил медицинское образование по специальности «лечебное дело». Автор открытия области создания. Открытие сертифицировано в Международной регистрационной палате. Грабовой Григорий Петрович — академик Международной академии информатизации, АЧ ООН, академик Нью-Йоркской академии наук, академик Итальянской академии наук, академик Академии медико-технических наук России, почетный академик Российской академии космонавтики, академик Российской академии естественных наук, доктор наук РАЕН, доктор технических наук, доктор физико-математических наук, профессор, доктор философии, член Профессиональной психотерапевтической лиги, советник ФАС России. Ясновидящий, целитель и специалист по энергоинформатике. Награжден серебряной медалью И.П. Павлова «За развитие медицины и здравоохранения». Имеет сертификат присуждения звания «Лучший целитель» по направлению «Биоэнергоинформатика и прогнозирование». Лауреат конкурса Международной академии наук о природе и обществе, награжден медалью Петра Первого «За заслуги в деле возрождения науки и экономики России» и медалью «За развитие культуры и искусства». Награжден высшей наградой Международного межакадемического союза «Звезда Вернадского» за заслуги в науке. Награжден орденом Святого Станислава, являющегося государственным орденом России с 1831 года.

Факты спасения Григорием Грабовым людей и техники своими способностями энергоинформационного управления запатентованы сотнями свидетелей, ООН, авиакомпаниями, Центром управления космическими полетами России, правительственными структурами и медицинскими учреждениями. В сотнях различных протоколов установлены способности Григория Грабового дистанционно (на любом расстоянии) точно диагностировать людей и технику, излечивать и управлять материей, спасать от тяжелых болезней и катастроф.

Реализуются три книги Григория Грабового «Практика управления. Путь спасения», содержащие заверенные протоколы результатов работ Григория Грабового, расположенные таким образом, что последовательное чтение книг исцеляет и оптимизирует ваши события. Книги выпущены издательством А.В. Калашникова. К книгам прилагаются диски, содержащие тексты трехтомника, и цифровой файл контроля за оптимизацией. Чтение трехтомника передает знания пути спасения через реальную практику спасения. В трех томах расположены факты работ, которые провел Григорий Грабовой, применяя свои способности ясновидения, целительства и дистанционного управления материей, передающие в неявном виде информацию о прошлом, будущем, способах спасения и способах обучения ясновидению, целительству и управлению. В первом томе расположены факты точной диагностики самолетов и вертолетов гражданских авиакомпаний, космической техники, производственных процессов, договор об экстрасенсорной диагностике самолетов президента, членов правительства страны и пассажиров этих самолетов. Во втором томе расположены факты дистанционного управления материей. В третьем томе расположены факты диагностики людей, излечения от различных заболеваний (включая излечения от рака 4-й степени и СПИДа 4-й степени); восхождения. Свидетельства трехтомника о результатах Григория Грабового в области ясновидения, дистанционного целительства и управления событиями подписаны очевидцами, заверены печатями организаций, нотариально, в ООН.

Содержание трехтомника по листам:

Том 1: листы с 4 по 6: дипломы; с 7 по 9: сертификаты лицензии; с 10 по 200: работы в УГА; с 201 по 206: договор на экстрасенсорную диагностику самолетов, используемых для полетов президента и членов правительства, и на экстрасенсорную диагностику пассажиров этих самолетов; с 207 по 216: договор о совместной деятельности; с 217 по 224: договор о восстановлении здоровья летного состава бесконтактным дистанционным способом; с 225, 226: свидетельства; с 227 по 233: работы на ФМЗ; с 234 по 237: свидетельство о диагностике ТУ-144; с 238 по 241: протоколы диагностики космической техники из Центра управления полетами.

Том 2: листы с 251 по 283: встречи; с 284 по 290: диагностика шахт и машин; с 291 по 303: диагностика и воздействия в области программно-аппаратных средств и компьютеров; с 304 по 387: применение способностей ясновидения и дистантного управления для спасения от аварии, описание событий разных времен, управление событиями, погодой, машинами, НЛО, получения ответов без решения задач математики, физики, химии; с 388 по 418: ясновидение, предсказания и скрытое управление в бизнесе; с 419 по 472: телепортация, материализация, дематериализация.

Том 3: листы с 481 по 604: диагностика людей; с 605 по 704: исцеления от заболеваний; с 705 по 712: исцеление от СПИДа 4-й степени; с 713 по 755: исцеление от рака 4-й степени; с 756 по 761: восстановление жизни человека после его биологической смерти. Материальным реализуются труды Г.П. Грабового «Прикладные структуры создания области информации» и «Унифицированная система знаний».

С помощью дисков, содержащих факты практики спасения, проведенной Григорием Грабовым, производится цифровая диагностика восстановления человека на клеточном уровне.

Запись на прием к Григорию Грабовому в г. Москве производится по телефонам: (095) 796-48-88, 796-70-99.

Приобретение восстановительного комплекса, книг и методик Григория Грабового

С ЛЮБИМЫМИ НЕ РАССТАВАЙТЕСЬ!

Не многие знают, что Старый Арбат и его окрестности — самая энергетически благоприятная зона в Москве для свершения магических обрядов. Не зря в одном из переулков этого удивительного места — Большом Николопесковском — несколько лет назад был основан центр магии «ИСТИНА» (телефоны 241-96-31, 241-99-15), специалисты которого — сестры ХМЕЛЬНИЦКИЕ — уже помогли огромному количеству людей вернуть благополучие, любовь и удачу.

Решение проблем, с которыми обращаются люди в центр, очень индивидуально и требует изучения конкретной ситуации. Семейные проблемы — это крик о помощи, и многое здесь зависит от самого человека, его терпения, цели, к которой он идет. У каждого — свои горести. Изначально здесь стараются объяснить, почему возникают проблемы в семьях, почему оказываются на грани развала браки и уходит любовь, и только затем решают, что нужно сделать, чтобы жизнь изменилась к лучшему.

Другая ситуация: проклятие, произнесенное с именем человека, передается на многие поколения, оно не может не задеть судьбу. Отсюда «венец безбрачия» и многое другое. При снятии сглаза или порчи зачастую они возвращаются, подобно бумерангу, к тому, кто их сделал. И это правило надо помнить тем, кто желает зла человеку!

Могущество заговорного слова практически безгранично, оно способно творить чудеса. Уникальность методики специалистов заключается в том, что она позволяет скорректировать судьбу человека исходя из его пожеланий и для этого не нужно иметь фотографию, т.к. многие виды магии, по которым работают сестры ХМЕЛЬНИЦКИЕ, существуют несколько тысячелетий. Таким образом вы сможете помочь не только себе, но и своим близким. Применяя колдовское искусство и совершенствуя магические способности, специалисты центра помогут вам разобраться в хитросплетениях жизненных линий и судеб.

На протяжении полутора веков род ХМЕЛЬНИЦКИХ успешно помогал людям познать истину. Отсюда и название этого крупного центра магии.

Секретари центра ознакомят вас с условиями приема ежедневно с 9.00 до 21.00 по тел.:

241-96-31, 241-99-15.

ПОЗНАЙТЕ ИСТИНУ!

Свид. № 3/9636.

ИНТЕРЕСНО и НЕДОРОГО

ПОДРОБНАЯ ТЕЛЕПРОГРАММА

Мир
ТВ
и кино

9-15 июля

10
ЛЕТО



3 июля в продаже появится очередной номер еженедельника «Мир ТВ и кино», в котором вы найдете подробную телепрограмму, тематические подборки передач, новинки видеорынка с анонсами, репертуар московских кинотеатров с ценами на билеты и, конечно же, гороскоп, юмор

ХОТИТЕ БЫТЬ СЧАСТЛИВЫМ?

Звоните:
(095) 291-66-27
9.00 – 21.30 (ежедневно).
Быстродействующие БЕЗГРЕШНЫЕ ПРИВОРОТЫ.
ПРОВЕРЕННЫЕ МЕТОДЫ!
Свид. № 3/9636.

БЫСТРЕЕ! ДЕШЕВЛЕ! ПРАКТИЧНЕЕ!
МУИИ
Госаккредитованная. Профессиональная психотерапевтическая. Очно, очно, ускоренная. Диплом гособразца. Приглашаем местных координаторов. Тел. (095) 393-70-03, с 9 до 13 час. Для писем: 115573, Москва, а/я 48.

ЯСНОВИДЯЩАЯ

Содержание трехтомника по листам:
 Том 1: листы с 4 по 6: дипломы; с 7 по 9: сертификаты лицензии; с 10 по 200: работы в УУГА; с 201 по 206: договор на экстрасенсорную диагностику самолетов, используемых для полетов президента и членов правительства, и на экстрасенсорную диагностику пассажиров этих самолетов; с 207 по 216: договор о совместной деятельности; с 217 по 224: договор о восстановлении здоровья летного состава бесконтактным дистантным способом; с 225, 226: свидетельства; с 227 по 233: работы на ФМЗ; с 234 по 237: свидетельство о диагностике ТУ-144; с 238 по 241: протоколы диагностики космической техники из Центра управления полетами.
 Том 2: листы с 251 по 283: встречи; с 284 по 290: диагностика шахт и машин; с 291 по 303: диагностика и воздействия в области программно-аппаратных средств и компьютеров; с 304 по 387: применение способностей ясновидения и дистантного управления, погодой, машинами, НЛО, получения ответов без решения задач математики, физики, химии; с 388 по 418: ясновидение, предсказания и скрытое управление в бизнесе; с 419 по 472: телепортация, материализация, дематериализация.
 Том 3: листы с 481 по 604: диагностика людей; с 605 по 704: исцеления от заболеваний; с 705 по 712: исцеление от СПИДа 4-й степени; с 713 по 755: исцеление от рака 4-й степени; с 756 по 761: восстановление жизни человека после его биологической смерти. Издательством реализуются труды Г.П. Грабового «Прикладные структуры создающей области информации» и «Унифицированная система знаний». С помощью дисков, содержащих факты практики спасения, проведенной Григорием Грабовым, производится цифровая диагностика восстановления человека на клеточном уровне.
 Запись на прием к Григорию Грабовому в г. Москве производится по телефонам: (095) 796-48-88, 796-70-99.
 Приобретение восстановительного комплекса, книг и методик Григория Грабового по телефону: (095) 961-09-77, E-mail: av@mail@org.ru
 Лицензия Комитета здравоохранения Москвы серии ЦЛМД № 8328/8324
 • Информация в Интернете по адресу: www.Grigori-Grabovoi.ru



9-15 июля
 ся очередной номер еженедельника «Мир ТВ и кино», в котором вы найдете подробную телепрограмму, тематические подборки передач, новинки видеорынка с анонсами, репертуар московских кинотеатров с ценами на билеты и, конечно же, гороскоп, юмор, сканворд. И все это по очень доступной цене!

(095) 291-66-27
 9.00 – 21.30 (ежедневно).
 Быстродействующие
БЕЗГРЕШНЫЕ ПРИВОРОТЫ.
 ПРОВЕРЕННЫЕ МЕТОДЫ!
 Ссыл. № 3/9636.

МУИД
 Государственная. Профессии психолога, психотерапевта. Очно, заочно, ускоренно. Диплом гособразца.
 Приглашаем местных координаторов.
 Тел. (095) 393-70-03, с 9 до 13 час.
 Для писем: 115573, Москва, а/я 48.

ЯСНОВИДЯЩАЯ
СНИМЕТ ПОРЧУ
368-64-79

Министерство связи РФ "Роспечать"		42575 (индекс издания)									
АБОНЕМЕНТ на газету Мир зазеркалья		Количество комплектов									
на 2000 год											
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Куда	(почтовый индекс)			(адрес)							
Кому	(фамилия, инициалы)										
ДОСТАВОЧНАЯ КАРТОЧКА											
ПВ	место	я-тер	на газету 42575 (индекс издания)								
Мир зазеркалья											
Стоимость	подписки пере-адресовки	руб. руб.	коп. коп.	Количество комплектов							
на 2000 год											
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Куда	(почтовый индекс)			(адрес)							
Кому	(фамилия, инициалы)										

Продолжается
 подписка на газету
«Мир зазеркалья»
 на вторую половину 2001 г.
 Вы можете подписаться
 на всей территории
 РФ и СНГ
 в любом отделении связи
 по «зеленому»
 Объединенному каталогу
 Госкомсвязи
 (агентство АРСМИ).
 Каталогная стоимость
 подписки
 (без учета почтовых услуг):
 на 1 мес. – 11 р. 33 коп.,
 на 6 мес. – 67 р. 98 коп.
 Подписной индекс
42575.

ГАДАЮ:
КОФЕ, КАРТЫ
 Тел. 976-97-98.

**«ЗОРОАСТРИЙСКИЙ ИНСТИТУТ АСТРОЛОГИИ
 ПАВЛА ГЛОБЫ»**

 Объявляет прием слушателей
 на заочное отделение.
 Возраст не ограничен.
 По окончании обучения выдается
 диплом астролога.
 Обучение платное.
 Вопросы и заявки направлять по адресу:
 123480, г. Москва, Д-480, а/я 58 или
 www.globa.love.ru e-mail: zia@love.ru

Ответы на суперкроссворд
 ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Запасник. 4. Рынок. 6. Песок. 9. Орляк. 10. Бухта. 12. Тюльпан. 13. Чудак. 14. Порыв. 15. Куб. 16. Привычка. 20. Радикал. 23. Боксал. 25. Жюжа. 26. Шатун. 29. Набег. 31. Наука. 32. Папаха. 35. Школа. 36. Торба. 37. Кошелек. 39. Титул. 40. Тальянка. 42. Головушка. 45. Кугуар. 46. Община. 48. Звукоряд. 51. Молот. 53. Жертва. 55. Дар. 57. Пожар. 58. Злоба. 59. Задача. 62. Ликер. 63. Гонор. 64. Слайд. 65. Серп. 66. Проза. 67. Аудитор. 69. Параграф. 71. Ляп. 73. Агнец. 75. Сенат. 77. Магарыч. 78. Нетто. 79. Кочка. 80. Кладь. 81. Кукла. 82. Таблетка.
 ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Землекоп. 2. Косточка. 3. Огород. 4. Рябчик. 5. Кратер. 6. Прилив. 7. Слепок. 8. Каннибал. 11. Хлопок. 17. Руина. 18. Влага. 19. Чашка. 20. Ранчо. 21. Домна. 22. Лунатик. 23. Банкрот. 24. Кобра. 27. Тишина. 28. Дуришлаг. 30. Гадалка. 32. Пест. 33. Подлог. 34. Харя. 37. Клещ. 38. Штанга. 41. Норд. 43. Лавр. 44. Шириня. 45. Кемпинг. 47. «Баранка». 48. Засада. 49. Каша. 50. Дева. 52. Тужурка. 53. Жерлица. 54. Возраст. 58. Боксер. 57. Панно. 59. Задор. 60. Досуг. 61. Чурка. 66. Паломник. 68. Доцент. 69. Патронат. 70. Футболка. 72. Погода. 73. Апрель. 74. Ночник. 75. Сорока. 76. Немочь.



С тех пор, как я впервые прикоснулся к Великой Тайне, сокрытой под земным покровом близ деревеньки Окуново, что на севере Омской области, прошло уже лет десять.

В июле 1992 г. я приехал на свою малую родину — в районный центр Муромцево (27 км от Окуново), зашел в редакцию местной газеты «Знамя труда» и там от редактора Николая Степановича Чепелкина услышал такое, что поначалу даже не знал, верить ему или нет, настолько удивительными оказались события, о которых он мне поведал. «Представляешь, — начал он, — в Окуново приехала индианка, зовут ее Расма, она утверждает, что тысячи лет назад близ Окуново стоял древний храм, развалины которого находятся под землей, и что его можно найти. И все это каким-то непостижимым образом связано с Индией. Ты можешь поверить в такое?» Конечно, в подобное поверить трудно. Мы с Николаем здесь родились и выросли. Тайга, болота, озера, река — вот и все, чем богата наша малая родина. А тут вдруг какой-то храм, имеющий почти мистическое отношение к Индии... Нет, такое наше сознание отказывалось воспринимать!

Отпуск закончился, я вернулся в Нижневартовск, где в то время жил, и в суете повседневных забот забыл об индианке Расме, храме и даже о разговоре с Чепелкиным.

В Нижневартовске тогда жил один странный человек, отставной офицер КГБ; так вот он говорил, что на него снизошло откровение Божье: Западной Сибири уготовано стать новым Ноевым ковчегом человечества. Этот новоиспеченный «пророк» настолько уверовал в особую миссию Западной Сибири, что обратился с посланием к Папе Римскому и якобы получил от понтифика ответ с личной подписью Иоанна Павла II.

Он настолько замучил меня своими звонками, что я был вынужден отключить телефон. Почему «пророк» звонил именно мне? Дело в том, что был пограничный случай...

придумать заголовок. Ко мне в гости пришел кинодраматург Вячеслав Хотулев, я поделился с ним своей бедой. Он предложил мне набросать десятка два вариантов заголовка, а сам сел читать очерк. И пока Слава этим занимался, я придумал 22 варианта!.. Хотулев взял список, долго его изучал, прикидывал и наконец выбрал... «Окуновский ковчег»!!!

тург Вячеслав Хотулев, я поделился с ним своей бедой. Он предложил мне набросать десятка два вариантов заголовка, а сам сел читать очерк. И пока Слава этим занимался, я придумал 22 варианта!.. Хотулев взял список, долго его изучал, прикидывал и наконец выбрал... «Окуновский ковчег»!!!



СИБИРЬ СПАСЕТ ЧЕЛОВЕЧЕСТВО

статочно. Когда, его непоколебимую убежденность в этом разделяют и многие другие ученые, которые, опираясь на результаты многолетних детальных исследований, пришли к выводу, что загадочное Бес-

оне Корликов древние подземные сооружения!

Думаю, пройдет еще много лет, прежде чем археологи сподобятся начать раскопки в столь глухом таежном месте. Но совпадение это явно не случайное!

В Нижневартовске судьбе было угодно свести меня и с Ольгой Владимировной Гурбанович. Эта молодая женщина буквально потрясла меня своими ясновидческими способностями. Именно она при тестировании не только уверенно и точно ответила на вопрос «Действительно ли вода озера Данилово обладает целебными свойствами?..», но и совершенно неожиданно для меня вышла на окуновский Храм и Драгоценность, хранившуюся в нем. Позднее она описала Драгоценность как восьмигранный Мыслющий Кристалл высотой 1,2 м, являвшийся главным талисманом Храма, с помощью которого поддерживалась постоянная связь с дальним космосом.

На сегодняшний день информации о Кристалле довольно много, он стал главным объектом наших поисков. Правда, трое ясновидцев (Г. Карпова, П. Мулярщ и З. Домбровская) независимо друг от друга заявили, что кристалл в настоящее время находится в ином измерении и потому физически недоступен, близ Окуново наблюдается лишь его энергетическая проекция. Но, находясь за пределами нашего физического мира, Мыслющий Кристалл (якобы доставленный на Землю с Сириуса), выполняя свою программу, формирует новые кристаллические структуры на материальном плане Земли. Видимо, таким образом он намерен материализоваться, пришло его время. В нем, согласно утверждениям ясновидцев, сосредоточена энергоинформационная книга Бога — истинная Библия!

«На Земле завершается вызревание величайшего энергоносителя — Кристалла, который совершенно изменит систему, принцип и технологии энергообеспечения планеты. Кристалл этот почти одновременно будет найден и изучен на всех материках. Нерадиоактивный, он обеспечит людей чистой, животворной энергией на ближайшие тысячи лет. На Земле прекратится добыча нефти, газа, угля, торфа, сланцев, прочего сырья. Человечество откажется

Сибирский рай когда-то был уничтожен глобальным катаклизмом, но придет время и согласно пророчествам ясновидцев, Сибирь станет новым спасительным ковчегом для всего человечества.

ловодье и сказочно-легендарное Лукоморье находились во все той же Западной Сибири, а климат за Уралом в те далекие времена был... субтропическим! Люди, обитавшие между Уралом и Енисеем, жили фактически в раю! Правда, сибирский рай был уничтожен катастрофическим поворотом земной оси на 72 градуса.

покинутым.
В Нижневарт-
товске тогда жил
один странный
человек, отстав-
ной офицер КГБ;
так вот он гово-
рил, что на него
снизшло открове-
ние Божье: Запад-
ной Сибири угото-
вано стать новым
Новым ковчегом
человечества. Этот
новоиспеченный
миссионер уверовал и особую

миссию Западной Сибири, что об-
ратился с посланием к Папе Рим-
скому и якобы получил от понти-
фика ответ с личной подписью Ио-
анна Павла II.

Он настолько замучил меня сво-
ими звонками, что я был вынужден
отключать телефон. Почему «про-
рок» звонил именно мне? Дело в
том, что ваш покорный слуга на
протяжении нескольких лет вел
при библиотеке объединения неф-
тяников занятия клуба по изучению
различных природных аномалий,
регулярно публиковался в местной
печати, выступал по радио, поэто-
му звонки от читателей и радио-
слушателей в моей нижевартон-
ской квартире раздавались до-
вольно часто.

Лет через пять, уже в Москве,
работая над очерком об окунев-
ском феномене, я никак не мог

СИБИРЬ СПАСЕТ ЧЕЛОВЕЧЕСТВО

тург Вячеслав Хотулев, я поделил-
ся с ним своей бедой. Он предло-
жил мне набросать десятка два ва-
риантов заголовка, а сам сел чи-
тать очерк. И пока Слава этим за-
нимался, я придумал 22 вариан-
та!.. Хотулев взял список, долго
его изучал, прикидывал и наконец
выбрал... «Окуневский ковчег»!!!

Хотите верьте, хотите нет, но я
только летом 2000 г. случайно
вспомнил о нижевартонском «про-
роке», который считал, что новый —
сухопутный! — ковчег человечества
находится близ селения Корлики
Нижневартонского района Тюмен-
ской области, расположенного при-
мерно в 500 км северо-восточнее
Окунево.

Кстати, там же поселил свою бо-
жественную Анастасию Владимир
Мегрэ. Правда, местные ханты и
лесные ненцы, испокон веков оби-

тающие в этих краях и прекрасно
знающие тайгу, никогда не слыша-
ли ни о какой женщине с ребенком,
одиноко живущей в тайге, а ведь от
их глаз ничто не может укрыться!

А вот то, что на обширной тер-
ритории Западной Сибири некогда
обитала могущественная прасла-
вянская цивилизация, — факт поч-
ти доказанный!

«Почти» можно отбросить толь-
ко в том случае, если в результа-
те раскопок близ Окунево (или в
каком-нибудь другом месте) будут
обнаружены развалины сооруже-
ний, относящихся к периоду су-
ществования древнейшей цивили-
зации, погибшей в результате
космического катаклизма. Хотя
для томского историка Николая
Новгородова и без того фактов и
свидетельств, подтверждающих
такую точку зрения, более чем до-

катаклизмом, но проро-
чеством, и, согласно
пророчествам ясновидцев,
Сибирь станет новым
спасительным ковчегом
для всего
человечества!

ловодье и сказочно-легендарное
Лукоморье находились во все той
же Западной Сибири, а климат за
Уралом в те далекие времена
был... субтропическим! Люди,
обитавшие между Уралом и Ени-
сеем, жили фактически в раю!
Правда, сибирский рай был уни-
тожен катастрофическим поворо-
том земной оси на 72 градуса.

Но об этом чуть позже, вернем-
ся в город на Оби — Нижневартон-
овск, где мне довелось прожить
долгих девять лет. Хочу сразу ска-
зать: селение Корлики не случайно
названо нижевартонским «пропро-
ком» особым сакральным местом —
новым ковчегом человечества.

Дело в том, что задолго до ниж-
невартонца известный московский
исследователь аномальных явле-
ний Иван Евсеевич Кольцов, бла-
годаря которому научная экспеди-
ция «Окунево-2000» сделала свои
сенсационные открытия, с помо-
щью биолокации обнаружил в рай-

зом он намерен материализо-
ваться, пришло его время. В
нем, согласно утверждениям
ясновидцев, сосредоточена
энергетическая книга
Бога — истинная Библия!

«На Земле завершается вызре-
вание величайшего энергоносите-
ля — Кристалла, который совер-
шенно изменит систему, принцип
и технологии энергообеспечения
планеты. Кристалл этот почти од-
новременно будет найден и изу-
чен на всех материках. Нерадио-
активный, он обеспечит людей чи-
стой, животворной энергией на
ближайшие тысячи лет. На Земле
прекратится добыча нефти, газа,
угля, торфа, сланцев, прочего сы-
рья, человечество откажется от
использования ядерного топлива.
С появлением нового энергоноси-
теля возникнет множество новых
технических идей: двигатели и
двигатели, средства производст-
ва, продукты потребления и пред-
меты обихода. Наука шагнет в
глубины новой энергетики. Очис-
тится окружающая среда, многие
экологические проблемы будут
решены. Человек станет жить зна-
чительно дольше...»

Войны прекратятся! Кристалл
принесет новое мышление!»

Михаил РЕЧКИН

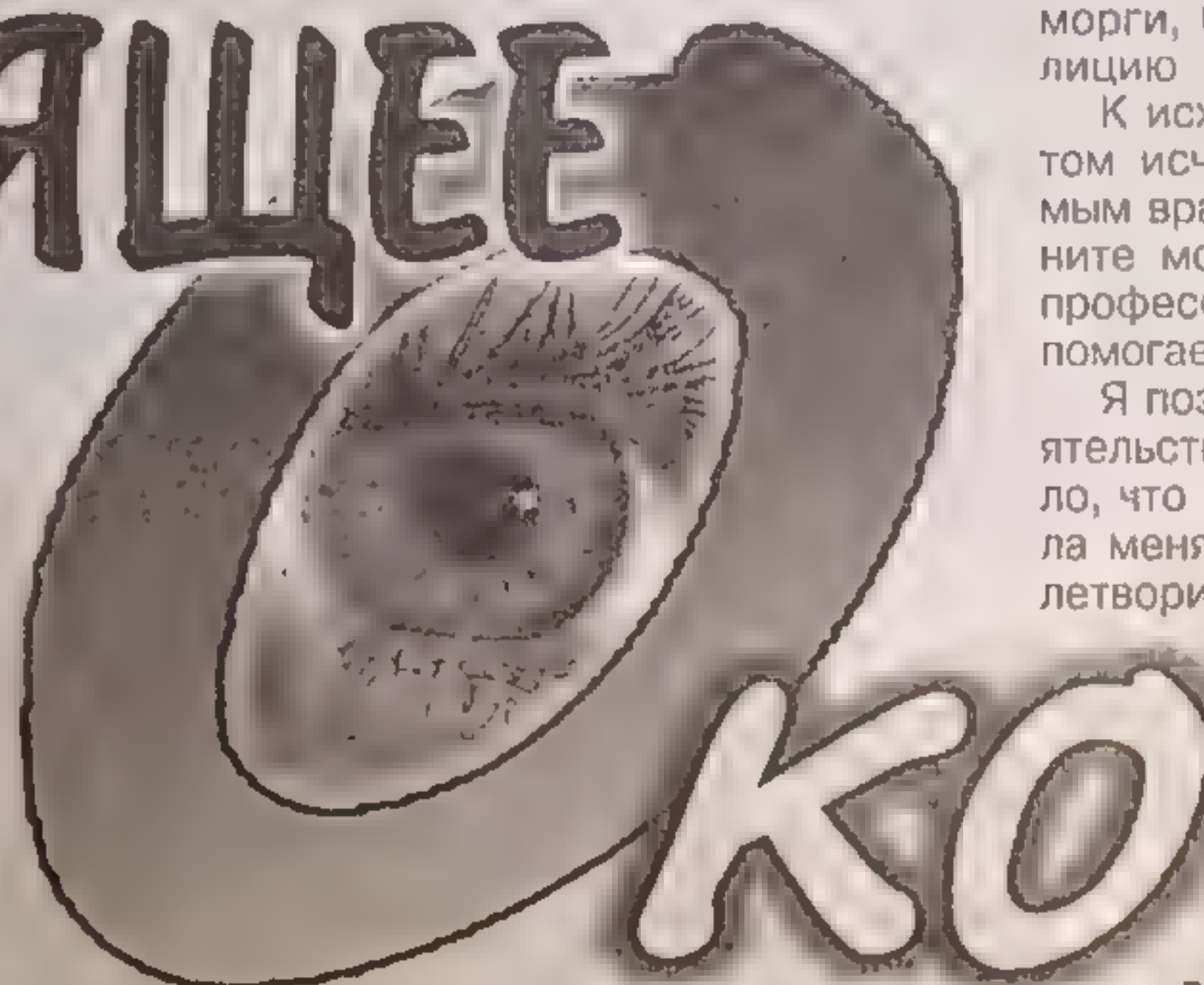
ВСЕВИДЯЩЕЕ

О ясновидцах я вдоволь начитался и
наслушался разных историй. Но
уверовать во что-то каждый хочет
лично — узрев, услышав собствен-
ными ушами, ощутив телесно...

В апреле 1997 г. с моим родственником,
Виктором Негодовым, произошла беда.
Виктор Михайлович, несмотря на солидный
возраст, выглядел крепышом, был деятель-
ным и энергичным человеком, но внезапно
у него появились тревожные симптомы ко-
варного склероза.

Его жена Дина поведала мне, как супруг
ночью бесшумно покидал квартиру: набро-
сит на нижнее белье пальто и уходит. Два
раза ей удалось разыскать его поблизости
от дома, третий оказался роковым.

Супруги как-то днем отправились в ма-
газин. Шли через мой двор на Ленинском
проспекте, где вольготно расположился из-
вестный супермаркет «Седьмой конти-
нент», протискиваясь меж жестяных «раку-
шек» и весело болтая. И вдруг Виктор шеп-
нул жене: «Я, Динуся, по малой нужде на
пару минут». Нырнул между гаражами, ос-



тавив супругу поскукать малость в одино-
честве. Прошла минута, другая. Вскоре же-
на всполошилась, бросилась искать мужа,
а его и след простыл.

Мне об исчезновении Виктора она сооб-
щила только тогда, когда стемнело: до это-
го бедная женщина обшаривала закоулки
близлежащих дворов.

Двое суток безуспешно искали родст-
венники Виктора Негодова: обзвонили все

морги, больницы, затем обратились в ми-
лицию

К исходу вторых суток я поделился фак-
том исчезновения родственника со знако-
мым врачом, а та возьми да скажи: «Позво-
ните моей подруге Оле Н. Хотя она и не
профессиональный экстрасенс, но людям
помогает»

Я позвонил, рассказал вкратце об обсто-
ятельствах пропажи человека. Меня порази-
ло, что молодая женщина даже не попроси-
ла меня принести ей фото Негодова, удов-
летворившись беглым описанием внешнос-
ти. Она сразу сказала: «Ваш род-
ственник жив, он в больнице ря-
дом с домом. Обзванивайте бли-
жайшие клиники».

Поблизости располагались 1-я
и 2-я Градские, Больница Святи-
теля Алексия и наконец совсем ря-
дом 64-я.

Поначалу мы везде получали отрица-
тельный ответ: такого человека они не при-
нимали.

Вновь обратились к Оле Н. Ее ответ
опять был лаконичен: «Пропавший очень
страдает, возбужден, одет во все белое». На
другой день новый прогноз: «Я вижу его
совершенно голым в каком-то темном по-
мещении...»

Родная сестра Дины снова позвонила в
больницу № 64, но не в справочную, а в

приемный покой и получила неожиданный
ответ: «Несколько дней назад на улице вме-
сте с бомжами милиция заметила седого,
изможденного, чумазого человека, который
плакал и постоянно твердил: «Я мальчик из
Астрахани. Работаю у дяди по слесарному
делу. Отведите меня домой...»

Милиция сдала человека в приемный по-
кой 64-й больницы. Никаких документов при
нем не оказалось. Дина с сестрой срочно
отправилась в больницу. Там, в палате пси-
хосоматозного отделения, они и обнаружи-
ли Виктора Негодова, который их не узна-
вал. Врачам родственники объяснили, что
Негодов действительно родился в Астраха-
ни и жил там долгое время.

Ольга Н. абсолютно точно описала все
действия Негодова в больнице, даже тот
факт, что несчастный голым сбежал из па-
латы, просидел несколько часов в котельной,
клиники, прижавшись к трубам отопления,
пока его разыскивали всполошившиеся
медработники.

К сожалению, В.М. Негодова вскоре пе-
ревели в психиатрическую больницу, где он
через три месяца скончался. Позже я снова
хотел прибегнуть к услугам Ольги, но она
только что схоронила единственного сына,
поэтому, кроме слов соболезнования, я ей
ничего больше не сказал.

Станислав ГЛУШНЕВ



В 1938 г. в Японии был выдвинут проект «нового порядка в Восточной Азии», в дальнейшем планировалось создать «Великую восточно-азиатскую сферу совместного процветания». Предполагалось, что в нее войдут Китай, Индокитай, Таиланд, Малайя, Индонезия, Филиппины. В Стране восходящего солнца, конечно же, хорошо понимали: чтобы достичь желанной цели, придется столкнуться с главным соперником — Соединенными Штатами. Осознавали это и в США.

Японские генштабисты сразу же столкнулись с очень трудной проблемой: где же тот театр военных действий, на котором должно быть дано генеральное сражение главному противнику — США? Тысячекилометровые пространства Тихого океана? Территории, расположенные на расстоянии сотен и тысяч миль от Японии? Захватить их, конечно, можно, но как удержать, не сокрушив главного соперника?

Схема сражения представлялась однозначной: флот против флота. Но США обладали более мощным флотом, чем японцы (10:7,5). Для изменения данного соотношения потребовалось бы очень много времени, которым Япония тогда не располагала. Поэтому решили схему изменить: против американского флота японские флот плюс авиация. Ставка была сделана на авианосцы и... внезапность.

Обсуждая планы будущей войны, японские стратеги пришли к выводу: сначала необходимо захватить главную базу американского ВМФ — Гавайские острова, точнее, Перл-Харбор и остров Оаху. Но от Японии до Гавайских островов даже по прямой почти 6 тыс. миль...

В декабре 1940 г. адмирал Ямамото впервые публично озвучил давнюю уже вынашиваемую идею



Адмирал Исороку Ямамото

Перл-Харбор. Горят военные корабли США «Теннеси» и «Вест Вирджиния»

ПЕРЛ-ХАРБОР — БОЛЬ И ГНЕВ АМЕРИКИ

таким образом удастся добиться от США ряда уступок и тем самым укрепить свои позиции, то в США было немало влиятельных лиц, которые лелеяли совсем другие надежды: не повернется ли остроконечная японской агрессии против СССР?

Тем временем от своих резидентов на Гавайях японская разведка получила сообщение, что американские военные корабли в Перл-Харборе отшвартованы парами, значит, «внутренние» корабли (стоящие в паре со стороны, противоположной направлению атаки) будут для торпед недостижимы. Следовательно, нельзя рассчитывать только на торпедоносцы, поэтому было принято решение рас-

тировал и «южный вариант» — через Маршалловы острова. «Северный вариант», наоборот, сулил суровую метеорологическую обстановку, к тому же эта трасса была и самой длинной. Но «северный вариант» имел одно несомненное преимущество: из-за плохих погодных условий в зимнее время суда в этой части океана появлялись крайне редко.

В августе 1941 г. командующий Объединенной эскадрой Ямамото Исороку ознакомил Генеральный штаб с планом захвата Гавайев. Ряд влиятельных лиц счел эту идею авантюрой, но японцы все же пошли на риск. Акция получила кодовое название «Операция Z».

Жать переговоры, с другой — тайно начать подготовку к военным действиям. Для завершения переговоров устанавливался предельный срок — менее месяца.

Адмирал Ямамото тут же издал приказ № 2: «День «Игрек» — 23 ноября». Приказом № 3 днем «Икс» считался 8 декабря. Это было воскресенье — день увольнений и отпусков.

В начале ноября командующим ударными силами японского флота был назначен вице-адмирал Нагумо. Именно ему предстояло вести армаду к Гавайям. Ядро флота составляли 6 авианосцев. Непосредственно за ними следовали 9 эс-

времени — 8-го). Все корабли были приведены в состояние боевой готовности.

Утром 6 декабря Нагумо получил донесение от японского резидента в Перл-Харборе: в бухте, помимо прочих кораблей, стоят еще 7 линкоров и 7 крейсеров.

К тому времени всего лишь 500 миль отделяли японский флот от Перл-Харбора. На мачте был поднят флаг «Z»: «Пусть каждый выполнит свой долг до конца!»

7 декабря в 3 часа 20 минут первая волна японских самолетов (всего 183 машины) обрушилась на Перл-Харбор. В гавани в то утро стояли 96 кораблей всех классов — более половины Тихоокеанского флота США. В 4 часа 30 минут появилась вторая волна — 171 самолет.

Последствия для американского флота были ужасными. Потопленными оказались 4 линкора, 2 эсминца, 2 вспомогательных судна, повреждены 4 линкора, 3 легких крейсера, эсминец, 2 вспомогательных корабля. Уничтожены 188 самолетов. Потери личного состава — свыше 3 тыс. человек. У японцев на авианосцы не вернулись 28 самолетов, 74 повреждены.

Впоследствии не раз отмечалось, что такими успехами японцы были обязаны не столько мощи своей армады, сколько беспечности американского командования. А ведь американцы, к тому времени расшифровавшие секретный код японцев, еще до нападения на Перл-Харбор располагали рядом сообщений о готовящейся операции, но принимали их за дезинформацию. Даже когда американское командование на Гавайских островах получило сведения о появлении подводных лодок и большой группы самолетов, направляющихся к Перл-Харбору, оно не придало им значения — так велика была уверенность в неуязвимости базы.

Интересно отметить, что дипломатическая игра шла до последней минуты. 7 декабря японские дипломаты Номура и Курусу вошли в кабинет госсекретаря Хелла и вручили ему памятную записку, которая начиналась так: «Императорское правительство, побуждаемое горячим желанием установить дружеские отношения с правительством США для сохранения совместными усилиями обоих государств мира в районе Тихого океана... имеет честь...

хватить их, конечно, можно, но как удержат, не сокрушив главного соперника?

Схема сражения представлялась однозначной: флот против флота. Но США обладали более мощным флотом, чем японцы (10:7,5). Для изменения данного соотношения потребовалось бы очень много времени, которым Япония тогда не располагала. Поэтому решили схему изменить: против американского флота японские флот плюс авиация. Ставка была сделана на авианосцы и... внезапность.

Обсуждая планы будущей войны, японские стратеги пришли к выводу: сначала необходимо захватить главную базу американского ВМФ — Гавайские острова, точнее, Перл-Харбор и остров Оаху. Но от Японии до Гавайских островов даже по прямой почти 6 тыс. миль...

В декабре 1940 г. адмирал Ямамото впервые публично озвучил давно уже вынашиваемую идею внезапного удара по американской базе на Гавайях. Решено было подготовить секретную группу офицеров для разработки плана такого нападения. Ямамото под семью замками держал этот документ — и не только из-за боязни, что о нем прознают американцы. Дело в том, что и в самой Японии удар через огромные расстояния Тихого океана многим казался опасной авантюрой.

Если в Японии надеялись, что перед решающей схваткой им все-

АМЕРИКИ

таки удастся нажимом добиться от США ряда уступок и тем самым укрепить свои позиции, то в США было немало влиятельных лиц, которые лелеяли совсем другие надежды: не повернется ли острей японской агрессии против СССР?

Тем временем от своих резидентов на Гавайях японская разведка получила сообщение, что американские военные корабли в Перл-Харборе отшвартованы парами, значит, «внутренние» корабли (стоящие в паре со стороны, противоположной направлению атаки) будут для торпед недостижимы. Следовательно, нельзя рассчитывать только на торпедоносцы, поэтому было принято решение расположить на авианосцах пропорциональное число бомбардировщиков с тяжелыми бомбами.

Оставалась вторая проблема: как обеспечить внезапность операции? Десятки морских офицеров корпели над картами, выбирая оптимальный маршрут. Казалось, наиболее выгодная трасса проходит через центральную часть Тихого океана (так, чтобы обойти остров Мидуэй с юга). Поздней осенью и зимой воды в этом районе спокойны. Хорошие метеоусловия гаран-

тировал и «южный вариант» — через Маршалловы острова. «Северный вариант», наоборот, сулил суровую метеорологическую обстановку, к тому же эта трасса была и самой длинной. Но «северный вариант» имел одно несомненное преимущество: из-за плохих погодных условий в зимнее время суда в этой части океана появлялись крайне редко.

В августе 1941 г. командующий Объединенной эскадрой Ямамото Исороку ознакомил Генеральный штаб с планом захвата Гавайев. Ряд влиятельных лиц счел эту идею авантюрой, но японцы все же пошли на риск. Акция получила кодовое название «Операция Z».

Адмирал Ямамото явно торопил события. Не дожидаясь официального объявления войны, 1 ноября он отдал приказ по Объединенной эскадре, в котором говорилось: «Великая Япония объявляет войну Америке, Англии и Голландии. Указ об объявлении войны будет опубликован в день «Икс». Довести данный приказ до личного состава в день «Игрек».

На состоявшемся 5 ноября совещании у императора было решено, с одной стороны, продол-

жать переговоры, с другой — тайно начать подготовку к военным действиям. Для завершения переговоров устанавливался предельный срок — менее месяца.

Адмирал Ямамото тут же издал приказ № 2: «День «Игрек» — 23 ноября». Приказом № 3 днем «Икс» считался 8 декабря. Это было воскресенье — день увольнений и отпусков.

В начале ноября командующим ударными силами японского флота был назначен вице-адмирал Нагумо. Именно ему предстояло вести армаду к Гавайям. Ядро флота составляли 6 авианосцев. Непосредственно за ними следовали 9 эсминцев и крейсер «Абакума». Завершали соединение 3 подводные лодки, 7 танкеров и вспомогательных судов, а также отряд тяжелых кораблей. Кроме этого в операции принимала участие эскадра подлодок (27 единиц). Она шла прямым курсом на остров Оаху, где располагалась новая американская военная база.

Вечером 2 декабря Нагумо получил короткую шифровку: «Ниитака яма ноборе» («Взойти на гору Ниитака»), что означало — начать атаку 7 декабря (по токийскому

Перл-Харбор располагали радио, сообщений о готовящейся операции, но принимали их за дезинформацию. Даже когда американское командование на Гавайских островах получило сведения о появлении подводных лодок и большой группы самолетов, направляющихся к Перл-Харбору, оно не придало им значения — так велика была уверенность в неуязвимости базы.

Интересно отметить, что дипломатическая игра шла до последней минуты. 7 декабря японские дипломаты Номура и Курусу вошли в кабинет госсекретаря Халла и вручили ему памятную записку, которая начиналась так: «Императорское правительство, побуждаемое горячим желанием установить дружеские отношения с правительством США для сохранения совместными усилиями обоих государств мира в районе Тихого океана... имеет честь открыто изложить свое мнение...»

А вот заканчивалась эта нота иначе: «Императорское правительство должно с сожалением сообщить правительству Соединенных Штатов, что, учитывая позицию американского правительства, оно вынуждено признать, что дальнейшие переговоры не смогут привести к достижению соглашения».

В тот же день в Японии был оглашен императорский эдикт об объявлении войны.

Виктор ФЕДОРОВ

ПРОКЛЯТИЕ ТЕКУМСЕ

Американский лидер, избранный в «нулевой» год, всегда погибает. Над ним висит проклятие Текумсе — легендарного вождя племени шайенов, возглавлявшего союз индейцев, воевавших вместе с англичанами против американцев в 1812–1813 гг.

Молва приписывала Текумсе феноменальные способности мага и пророка. Накануне своей гибели 45-летний Текумсе якобы проклял всех будущих американских президентов, избираемых в годы, оканчивающиеся на ноль. Вождь пригрозил, что ни один из них не доживет до конца своего президентского срока.

Вот как действовало его проклятие, называемое еще «нулевым фактором»:

1860 г. — президентом становится Авраам Линкольн, которого переизбирают в 1864-м. 14 апреля 1865 г. его застрелил агент мятежных южан — актер Бут;



1880 г. — на выборах побеждает Джеймс Гарфилд, а в июле 1881 г. его убивает выстрелом в спину на вокзале Вашингтона психически ненормальный адвокат Гито;

1900 г. — президентом США избран Уильям Мак-Кинли. 6 сентября 1901 г. он гибнет от руки

венгерского эмигранта-анархиста Чолгаша;

1920 г. — хозяином Белого дома становится Уоррен Гардинг. Он умирает, отправившись в поездку по Аляске: по официальной версии, от отравления грибами;

1940 г. — лидером страны избран Франклин Рузвельт. Он внезапно умирает 12 апреля 1945 г.;

1960 г. — Америка отдает предпочтение самому молодому президенту в истории США — Джону Кеннеди. 22 ноября 1963 г. он был застрелен в тексасском городе Даллас;

1980 г. — президентом становится Рональд Рейган. Он — единственный лидер страны, который не стал жертвой «нулевого фактора», в основном благодаря своей охране. 30 марта 1981 г. возле отеля «Хилтон» в Вашингтоне в него выпустили шесть пуль маньяк Джон Хинкли. Охранники президента приняли их на себя. Лишь одна пуля попала в Рейгана, пробив ему легкое и оставившись в 2 см от сердца.

КАКИЕ БЫВАЮТ НАХОДКИ

Когда археологам удастся обнаружить нечто неожиданное да к тому же весьма преклонного возраста — как правило, несколько тысячелетий, об этом много говорят и пишут. Но иногда удивление может вызвать и находка намного моложе. При расчистке свалки в штате Нью-Джерси на глубине нескольких метров была найдена — нет, не археологами, а просто рабочими — неизвестная модель паровоза XIX в., который сразу же объявили достойным занять место в музее техники. Вот так!

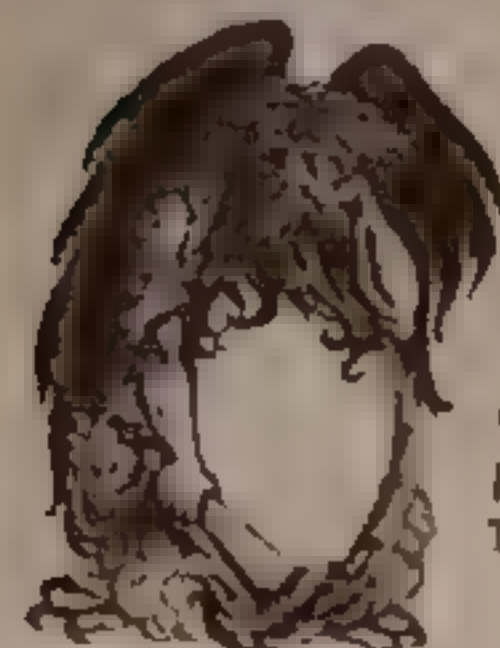
СЮРПРИЗ ОТ МАЙЯ

Сельва Гватемалы, как и соседней Мексики, для археологов, обнаруживающих здесь памятники культуры ольмеков, майя, ацтеков, поистине сокровищница. Но некоторые находки порой ставят ученых в тупик. Например, при раскопках на севере Гватемалы была обнаружена гробница V века. В склепе нашли много предметов утвари. Особое внимание археологов привлек керамический горшочек — крышка у него оказалась... завинчивающаяся. Резьба в V веке! Но еще больший сюрприз та же гробница преподнесла исследователям спустя несколько лет — неподалеку от нее был найден выточенный из горного хрусталя конусообразный сосуд, на стенке которого выгравировано изображение животного, напоминающего то ли слона, то ли мамонта.

ГОРЕЛ НА РАБОТЕ

В течение 15 лет ни разу не смог довести до конца еженедельную проповедь священник Джон Огерсон из Баймара (Шотландия). Каждый раз он так «заводился», что терял сознание.

МОЗАИКА



тдохии, Дэвид. Ты заснул?

— Да, доктор. Я хочу, чтобы ты немного поспал, пока я буду разговаривать с твоей женой.

— Хорошо...

— Ваш муж сейчас находится в состоянии легкого гипнотического сна, миссис Карпентер, можно спокойно разговаривать. Наша беседа не потревожит его.

— Я понимаю, доктор Мансон.

— Расскажите мне о кошмарах, которые снились Дэвиду. Вы сказали, что они начались в ночь после вашей свадьбы?

— Да, доктор, неделю назад. После свадебной церемонии мы приехали прямо сюда — в наш новый дом. На рассвете я проснулась от громких криков Дэвида. Он извивался, будто с кем-то боролся, и что-то кричал. Когда я его разбудила, он сказал, что ему приснился кошмар.

— Он что-нибудь помнил?

— Нет. Дэвид проглотил таблетку секонала и опять лег спать. На следующую ночь все повторилось... Всю неделю после свадьбы ему непрерывно снились кошмары.

— Значит, повторяющийся кошмар. Все ясно. Я знаю Дэвида много лет и думаю, что мы сможем без особого труда избавить его от этого ужасного сна.

— О, доктор, я так надеюсь на вас!

— Вероятно, Ричард вновь попытается овладеть его волей и сознанием.

— Кто такой Ричард?

— Вторая половина Дэвида, вторая личность, так сказать.

— Боюсь, я вас не понимаю.

— В 12 лет Дэвид попал в автомобильную аварию и испытал сильный нервный шок, после чего у него развилась шизофрения с симптомами раздвоения личности. Одной половиной был сам Дэвид. Другой — безрассудный, дерзкий, чуждый, совершавший безответственные поступки и не признававший никаких правил. Дэвид называл свою вторую половину Ричардом и заявлял, что это его брат-близнец, который живет у него в голове.

В истории медицины подобных случаев очень много. Когда Дэвид говорил мне что-то тревожило, я всегда брал над ним контроль и запрещал ему совершать подобные поступки.

телефон, и снял трубку, но потом понял: все это мне только снится.

— А как ты понял, что все происходит во сне, Дэвид?

Мне звонила Луиза. Даже во сне я знал, что Луиза мертва.

— Когда умерла Луиза, Дэвид?

— Год назад. Она отправилась в Западную Вирджинию навестить своих родителей. Ее машина сорвалась с горной дороги и сгорела в пропасти.

— Поэтому, когда ты услышал ее голос, сразу понял, что тебе это снится.

— Да. Она сказала: «Дэвид, это Луиза... Дэвид, в чем дело, почему ты молчишь?» На минуту я, наверное, лишился дара речи, потом ответил, зная, что

она никак не может уйти с кладбища, но во сне мы порой готовы согласиться даже с невозможным, поэтому я все-таки ждал ее.

Я успел выкурить две сигареты. Когда раздался звонок, автоматически подошел к двери и открыл ее, но на пороге стояла не Луиза, а Ричард.

— Твой брат-близнец Ричард?

— Да, мой брат-близнец. Только он выше, сильнее и красивее меня. Ричард стоял и уверенно улыбался.

«Дэвид, неужели ты не собираешься пригласить меня? — насме-

титься с глазу на глаз с мертвой женой».

«Уходи, Ричард», — взмолился я.

«Кто-то звонит в дверь», — сказал он. — Это, наверное, Луиза. Я оставлю тебя одного, поговори с ней. Помни, что если тебе понадобится помощь, то я рядом».

Ричард вышел в соседнюю комнату. Вновь зазвонил звонок, на этот раз нетерпеливо. Я открыл дверь. На пороге стояла Луиза, моя бывшая жена. Она была одета во все белое, как я ее похоронил год назад. Лицо со страшными ожогами закрывала вуаль. Луиза молча прошла мимо меня в гостиную, подошла к стулу и не спеша села. Несколько минут она молчала, а затем сказала: «Дэвид, не стой с

рать роль привидения и посмотри, как ты меня встретишь».

«Ты лжешь! — возмущенно закричал я. — Ты мертва! Я видел, как тебя хоронили».

«Дэвид, — начала злиться Луиза. — неужели я похожа на мертвую?»

Она отбросила вуаль и показала мне свое лицо: на щеках пылали румянец, глаза ярко блестели, белые зубки обнажились в кошачьей улыбке.

«Ты похоронил девушку, которую я подвозила в тот день. Она погибла. Я импульсивно надела на нее свои кольца и сунула в руки сумочку, потом подожгла обломки машины».

«Но зачем? — застонал я, падая на стул. — Почему ты это сделала?»

Р. АРТУР

СМЕРТЬ — ЭТО



«Потому что мне это показалось забавным. Если хочешь знать, ты мне надоел больше, чем я тебе, и мне пришлось по душе идея на какое-то время стать другим человеком. К тому же я знала, что, когда мне наскучит игра, я всегда смогу вернуться».

«Но у меня завтра свадьба. Я женюсь на Энн».

«Знаю, я читаю газеты. Вижу, ты не рад моему возвращению. Хорошо, дорогой Дэвид, я согласна уехать и дальше притворяться мертвой, а ты можешь спокойно жениться на дочери своего лучшего клиента. Но для этого мне нужны деньги».

«Нет! Я не дам тебе никаких денег. Тебя нет в живых. Ты мертва!»

«Могу представить заголовки в завтрашних газетах, — задумчиво произнесла Луиза. — «ЖЕНА ВИНОВОГО МОЛОДОГО АДВОКАТА ВОЗВРАЩАЕТСЯ ИЗ МОГИЛЫ...» «СЧИТАВШАЯСЯ МЕРТВОЙ ЖЕНА ПРЕРЫВАЕТ СВАДЕБНУЮ ЦЕРЕМОНИЮ».

«Нет! — закричал я. — Я не позволю тебе помешать нашей свадьбе!»

«Мне нужно тебе...

— Вероятно, Ричард вновь пытается овладеть его волей и сознанием.

— Кто такой Ричард?

— Вторая половина Дэвида, вторая личность, так сказать.

— Боюсь, я вас не понимаю.

— В 12 лет Дэвид попал в автомобильную аварию и испытал сильный нервный шок, после чего у него развилась шизофрения с симптомами раздвоения личности. Одной половиной был сам Дэвид, другой — безразличный, дерзкий, самоуверенный безответственный человек — Ричард. Ричард занял свою вторую половину Дэвида и считал, что это его брат-близнец, который живет у него в голове.

В истории медицины подобных случаев очень много. Когда Дэвид уставал или его что-то тревожило, Ричарду удавалось брать над ним верх. Он заставлял его совершать очень странные поступки — типа прогулок во сне или поджигания простыней. Когда Ричард подавлял его волю и овладевал сознанием, Дэвид был бессилен. Порой он даже не мог вспомнить, что происходило в эти минуты. Часто Дэвиду казалось, что ему просто снятся кошмары.

— Бедненький мой!...

— Я провел с ним полный курс лечения, и у меня сложилось впечатление, что мы навсегда прогнали Ричарда. Но возможно, что... Сейчас я стану задавать Дэвиду вопросы об этом повторяющемся сне... Дэвид!

— Да, доктор?

— Я хочу, чтобы ты рассказал мне о сне, который беспокоит тебя в последнее время. Сейчас ты можешь его вспомнить, не так ли?

— Сон! Да-да, сейчас я могу его вспомнить!

— Не волнуйся. Когда он тебе впервые приснился?

— В ночь свадьбы... Нет-нет, я ошибаюсь, это было в ночь перед нашей свадьбой.

— Ты уверен?

— Да. Весь день я провел в конторе: перед отпуском приводил дела в порядок. Вечером поехал в новый дом в Ривердейле, чтобы убедиться, что все готово к приезду Энн. Около одиннадцати вернулся в город в свою холостяцкую квартиру. Я лег спать, но так сильно устал, что никак не мог уснуть, пришлось проглотить таблетку снотона. Едва стал засыпать, как мне начал сниться этот сон.

— С чего он начался, Дэвид?

— Мне приснилось, будто зазвонил телефон. Я сел и снял трубку. Мне даже показалось, что это происходит не во сне, а наяву... Я подумал, что действительно зазвонил



все это сон: «Вы меня разыгрываете — Луиза мертва».

«Я знаю, Дэвид, — в голосе Луизы послышались знакомые язвительные нотки. — Ну конечно же, Луиза мертва».

«Это просто сон, — сказал я ей. — Через минуту я проснусь и забуду об этом звонке».

«О да, ты проснешься, дорогой, — согласилась со мной Луиза. — Я хочу, чтобы ты бодрствовал, когда я приеду к тебе. Немедленно выезжаю с кладбища. До скорой встречи».

Дальнейшее я помню смутно. Скорее всего, она положила трубку. Неожиданно все перевернулось с ног на голову, как часто бывает в снах. У меня сохранилось воспоминание, как я сижу полностью одетый, курю сигарету и жду. Жду, когда Луиза уйдет с кладбища и явится ко мне. Я знал, что

слишком поинтересовался Ричард. — Как-никак мы с тобой не виделись целых пятнадцать лет».

«Нет, Ричард! — воскликнул я. Ты не можешь вернуться!»

«Но я вернулся, — невозмутимо сказал он и прошел мимо меня в комнату. — Я давно собирался заглянуть к тебе в гости. Сегодняшний вечер, по-моему, отлично подходит для визита».

«Зачем ты пришел? — возмутился я. — Ты мертв. Мы с доктором Мансоном убили тебя».

«Луиза тоже мертва, — спокойно пожал плечами Ричард, — но это не мешает ей вернуться. Почему же и я не могу вернуться?»

«Что тебе нужно?»

«Ничего. Я хочу только помочь тебе, Дэвид. Тебе нужно, чтобы сегодня рядом кто-нибудь был. Ты чересчур взвинчен, чтобы встре-

открытым ртом. Закрой, пожалуйста, дверь: я не привыкла к сквознякам. Сам знаешь, я почти год пролежала в заколоченном гробу, а там не дует».

Я закрыл дверь, и из меня потопом хлынули слова: «Что тебе нужно? Зачем ты пришла? Ты мертва».

«Дэвид, а ты ведь на самом деле веришь в то, что я мертва, правда? расхохоталась она. — Нет, мой дорогой, я жива. Просто мне захотелось немного подшутить над тобой».

«Подшутить надо мной?» — повторил я.

Она принялась хохотать во все горло. Мне даже показалось, что у нее истерика.

«Да, Дэвид, — с усмешкой кивнула моя бывшая жена. — В моменты кризисов ты всегда начинал сильно нервничать. Вот мне и пришла в голову веселая идея: сыг-

«Знаю, я читаю твои мысли. Хорошо, не рад моему возвращению! Хорошо, дорогой Дэвид, я согласна уехать и дальше притворяться мертвой, а ты можешь спокойно жениться на дочери своего лучшего клиента. Но для этого мне нужны деньги».

«Нет! Я не дам тебе никаких денег. Тебя нет в живых. Ты мертва!»

«Могу представить заголовки в завтрашних газетах, — задумчиво произнесла Луиза. — «ЖЕНА ВИДНОГО МОЛОДОГО АДВОКАТА ВОЗВРАЩАЕТСЯ ИЗ МОГИЛЫ...», «СЧИТАВШАЯСЯ МЕРТВОЙ ЖЕНА ПРЕВРАЩАЕТ СВАДЕБНУЮ ЦЕРЕМОНИЮ»».

«Нет! — закричал я. — Я не позволю тебе помешать нашей свадьбе!»

«Мне нужно только десять тысяч долларов. Я обещаю тихо развестись с тобой, и чуть позже твой новый брак станет законным. Вот увидишь, все будет хорошо».

Я не знал, что сказать, в голове лихорадочно металась обрывки мыслей. Только уверенность в том, что это всего лишь сон, позволила сохранить силы и не упасть в обморок.

«Подумай хорошенько над моим предложением, — сказала Луиза, вставая, — а я пока пойду приведу себя в порядок. Даю тебе на размышления пять минут... Надеюсь, к моему возвращению чек будет готов».

Она вышла из комнаты, а я закрыл лицо руками, желая поскорее проснуться. Когда же поднял голову, передо мной стоял Ричард.

«Должен тебе сказать, что ты вел себя из рук вон плохо, Дэвид. Ты позволил ей запугать себя этой шуткой о смерти. Она знает, что победила, ты у нее в руках».

«Но она на самом деле мертва! — вскричал я. — Все это просто сон».

«Кто может сказать, где сон, а где реальность? Послушай моего совета: лучше не рискуй. Если ты сейчас дашь Луизе деньги, пройдет какое-то время, она вновь явится за ними и будет шантажировать тебя».

«Но я не могу ничего сделать!» — в отчаянии воскликнул я.

«Почему не можешь? Она должна умереть еще раз».

«Нет! Я не намерен тебя слушать».

«Тогда мне придется взять дело в свои руки, как в детстве... Посмотри на меня, Дэвид».

«Нет!» — я старался не смотреть в его блестящие глаза, но гипнотический взгляд Ричарда притягивал, как магнит.

«Посмотри мне в глаза, Дэвид».

«Нет, не буду».

Но у меня не было сил отвернуться. Все было точно так же, как и много лет назад, когда мы были де-



тими. Глаза Ричарда становились все больше и больше. Скоро они превратились в черные озера, которые собирались поглотить меня.

«А сейчас, Дэвид, я войду в твоё тело, как прежде. Тебе же придется отправиться туда, где я находился все это время: глубоко в наш с тобой мозг».

Я пытался сопротивляться, но его глаза, как огромные озера, в которые я падал, все приближались и приближались. Появилось знакомое ощущение, будто меня сильно дернули, и Ричард исчез. Я знал: он вновь победил. Сейчас Ричард контролировал наше тело, а я был беспомощен. Я мог видеть и слышать нашими общими глазами и ушами, но помешать ему было не в моей власти. В комнату

этого он взял ее на руки и понес, как уснувшего ребенка.

Нажав кнопку вызова, Ричард ждал лифт, держа на руках мертвое тело и что-то тихо напевая. Через несколько секунд кабина остановилась на моем этаже, и ночной лифтер Джимми открыл дверь.

«Маленькая неприятность, Джимми», — сообщил Ричард.

Ему пришлось повернуться боком, чтобы войти в маленькую кабину вместе с Луизой. От этого неожиданного движения сумочка, которую он положил ей на колени, упала. Джимми нагнулся за ней и положил на место.

«Юная леди, — Ричард говорил доверительным тоном, как мужчина, раскрывающий страшную тайну другому мужчине, — очевидно,

— В такое время? Вы смеетесь, мистер?»

«Ничуть, — Ричард всегда злился, когда кто-то относился к нему несерьезно. — Эта леди мертва, и я собираюсь похоронить ее».

«Послушайте, мистер... — водитель повернулся на сто восемьдесят градусов. — Терпеть не могу таких, как вы, хлыщей и ваши шуточки. А сейчас или говорите, куда ехать, или выметайтесь из моей машины».

Ричард заколебался, потом пожал плечами.

«Простите, — извинился он. — Пожалуй, это действительно была не очень удачная шутка. Отвезите нас на Ривердейл, 937».

купил для нас с Энн. Ричард осторожно вытащил из машины Луизу, расплатился с таксистом, и тот уехал. Ночь была темной, тихая улица казалась пустынной. Никто не видел, как Ричард бесцеремонно бросил Луизу на холодные каменные ступеньки, открыл дверь и занес тело в дом.

Не включая свет, он швырнул Луизу на диван в гостиной, сел напротив и закурил.

«Хорошо, Дэвид, сейчас можешь говорить», — наконец произнес он.

«Ричард, — дрожащим от возмущения голосом воскликнул я, — ты что, с ума сошел? Привезти сюда Луизу ничуть не лучше, чем оставить ее в моей холостяцкой квартире в городе. Что нам теперь делать?»

ло возвращаться. Я опять уеду, честное слово. Я никогда больше тебя не побеспокою, Дэвид».

«Я Ричард, а не Дэвид, — обиженно поправил он ее. — Сдается мне, тебя трудно убить, Луиза. Ты уже дважды умирала, но до сих пор жива. Может, в третий раз ты умрешь окончательно».

«Ричард, остановись! — крикнул я. — Отпусти ее! Она уедет и никогда...»

«Ты плохо знаешь женщин, — усмехнулся Ричард, — к тому же сейчас это дело касается только нас с Луизой. Ты становишься помехой. Спи, Дэвид... Спи...»

Я почувствовал, что теряю сознание, на меня нахлынула темнота. Во сне все произошло так же, как происходило много раз в детстве... Ричард полностью подавил мою волю и мог делать все, что хотел.

Очнувшись я в пижаме на своей кровати. Ричард стоял посреди комнаты и улыбался.

«Ну вот, Дэвид, тебе ничто не грозит, ты снова в порядке, — весело сказал он. — Я уйду, но еще вернусь. Можешь не сомневаться, мы скоро снова встретимся».

«Луиза! — воскликнул я. — Что ты с ней сделал?»

«Забудь Луизу, — зевнул Ричард, — она больше не будет тебя беспокоить. Я убедил ее в том, что ты прав, Дэвид».

«Как? Что ты с ней сделал?»

«Спокойной ночи, Дэвид, — улыбнулся Ричард. — Я хочу, чтобы утром ты проснулся в прекрасном настроении и не думал ни о чем плохом. Помни, что это все просто интересный сон, и ничего более».

С этими словами он ушел. Мне показалось, что я на мгновение закрыл глаза. Когда прозвонил будильник, на часах было уже девять. Вот таким был мой сон, доктор.

— Спасибо, Дэвид. Сейчас мне все ясно. Я объясню тебе твой сон, и ты больше его никогда не увидишь.

— Да, доктор.

— Когда была жива твоя первая жена, Дэвид, ты ведь хотел ее смерти?

— Да, я хотел, чтобы Луиза умерла.

— После ее смерти ты подсознательно чувствовал вину, будто ты сам убил Луизу. Накануне женитьбы на Энн это чувство вины проявилось в виде кошмара, в котором фигурировала живая Луиза. Думаю, зазвенел будильник, а тебе помешалось, будто это телефон. Мне кажется, что так, наверное, и

ВЕЧНЫЙ СОН

вернулась Луиза. Она уверенно посмотрела на меня блестящими глазами.

«Ну, Дэвид, ты уже принял решение?»

«Да, Луиза, принял».

«Ну и замечательно, — обрадовалась она. — Давай чек, разведемся в Лас-Вегасе. Не бойся, никто не заметит, что у нас одинаковые фамилии: Карпентеров очень много».

«Не будет ни чека, ни развода», — покачал головой Ричард.

«Тогда газеты поднимут шум. Сомневаюсь, что скандал пойдет тебе на пользу».

«Не будет никакого скандала. Кстати, я не Дэвид, а Ричард».

«Ричард? — удивилась Луиза. — Ты что, шутишь?»

«Я брат-близнец Дэвида и делаю то, что не осмеливается делать сам Дэвид».

«Хватит валять дурака!.. Ну ладно, я пошла. Так уж и быть, дам тебе еще время подумать. Но чтобы к девяти часам завтрашнего утра чек был готов».

«И не надейся. Ты ведь не собираешься оставлять Дэвида в покое».

Ричард сделал шаг к Луизе, и в этот вечер она, похоже, не вернулась. Она хотела, чтобы



«Ну и замечательно, — улыбнулась она. — Давай чек, разведемся в Лас-Вегасе. Не бойся, никто не заметит, что у нас одинаковые фамилии: Карпентеров очень много».

«Не будет ни чека, ни развода», — покачал головой Ричард.

«Тогда газеты поднимут шум. Сомневаюсь, что скандал пойдет тебе на пользу».

«Не будет никакого скандала. Кстати, я не Дэвид, а Ричард».

«Ричард? — удивилась Луиза. — Ты что, шутишь?»

«А Ричард Карпентер Дэвид и Луиза то, что не осмеливается сделать сам Дэвид».

«Хватит валять дурака!.. Ну ладно, я пошла. Так уж и быть, дам тебе еще время подумать. Но чтобы к девяти часам завтрашнего утра чек был готов».

«И не надейся. Ты ведь не собиралась оставлять Дэвида в покое». Ричард сделал шаг к Луизе, и впервые за вечер она, похоже, встревожилась. Она хотела выбежать из гостиной, но Ричард поймал ее за руку, развернул и схватил за горло.

Я беспомощно наблюдал, как его руки все сильнее и сильнее сжимают горло моей бывшей жены. Цвет лица Луизы стал меняться, глаза медленно расширялись. Она боролась секунд тридцать, потом внезапно потеряла сознание. В уголках полуоткрытого рта показалась слюна, блестящие глаза почти вылезли из орбит. Когда Ричард убрал руки с ее шеи, Луиза упала на пол.

«Все в порядке, Дэвид, — спокойно сказал он. — Теперь можешь говорить».

«Ты убил ее!» — закричал я.

«Интересная мысль, — согласился Ричард, вытирая руки моим платком. — Убил я ее или не убил? Была ли Луиза живой, или она была мертва?»

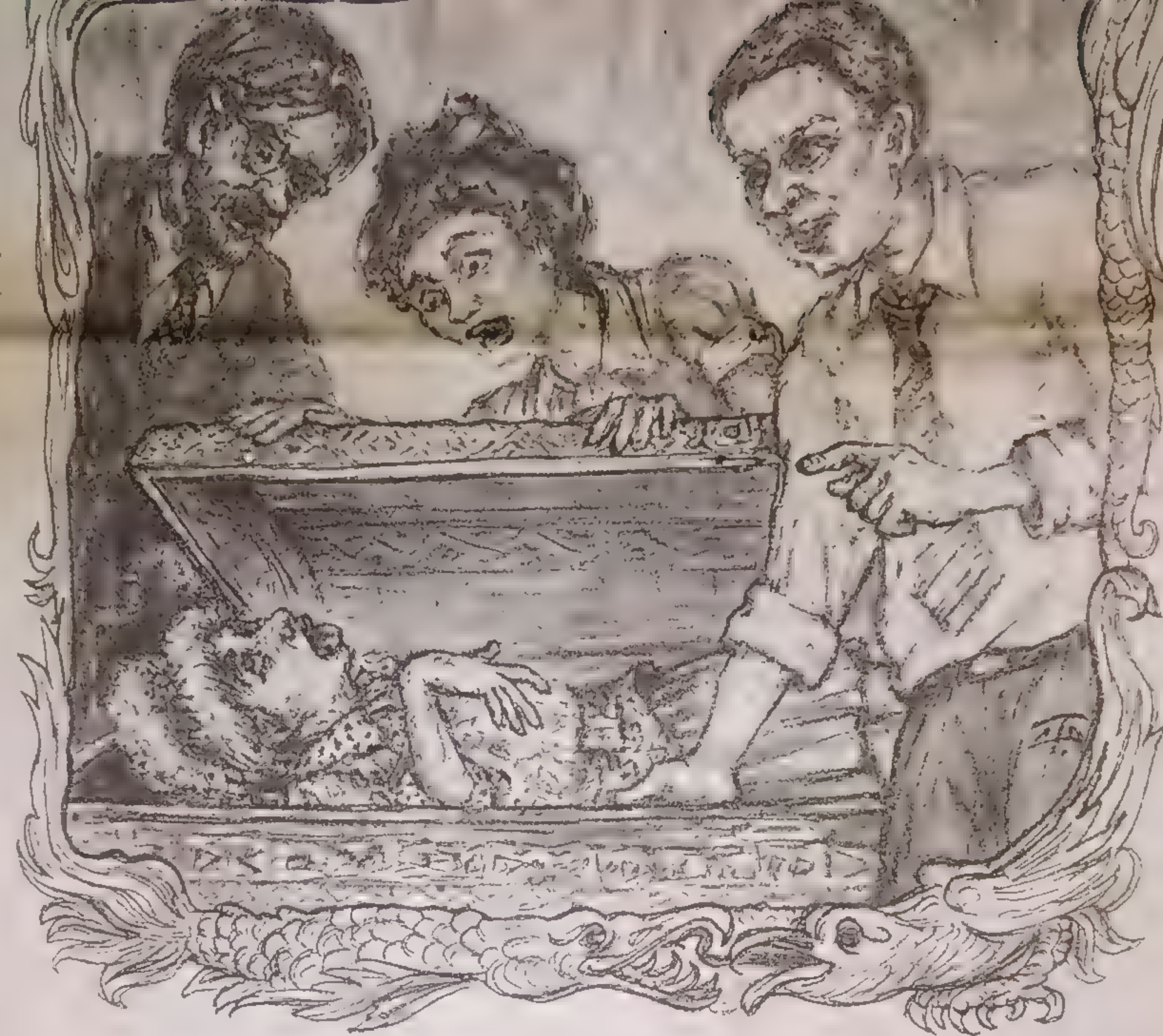
«Ты хочешь запутать меня, пытаешься сбить с толку! — пожаловался я. — Конечно, Луиза с самого начала была мертва. Это только сон. Но...»

«Но даже во сне мы не можем оставить мертвое тело у тебя в комнате, правильно? Сдается мне, мы должны отвезти ее туда, где ей и место: на кладбище «Фэйрфилд».

«Но это невозможно».

«Для тебя да, а для меня нет. Я спущу ее в лифте, сяду в такси и спокойно поеду на кладбище. А теперь молчи до тех пор, пока я не разрешу тебе говорить».

И Ричард приступил к осуществлению своего безумного плана. Сначала он надел мою шляпу и перчатки, потом достал из сумочки Луизы вуаль и прикрепил к ее шляпке. Не забыл потряхнуть платье и пригладить волосы, растрепавшиеся во время борьбы. После



начала пить задолго до того, как приехала сюда. Я угостил ее одним-единственным коктейлем, и она мгновенно отключилась. Сейчас мне придется везти ее обратно домой. Не подгонишь такси к боковому выходу?»

«Конечно, мистер Карпентер», — было ясно, что Джимми все прекрасно понимает и готов помочь попавшему в беду жильцу.

Вместо того чтобы вызвать полицию, Джимми поймал такси и попросил водителя подъехать к боковому выходу. Ричард сел в машину с Луизой, и мы спокойно тронулись в путь, как будто в Нью-Йорке принято развезать по городу с трупами в машинах. Но каким бы ловким ни был Ричард, такой безумный план не мог пройти без сучка, без задоринки. Неприятность случилась, когда таксист повернулся и спросил: куда ехать?

«На кладбище «Фэйрфилд», — с невозмутимым видом ответил Ричард.

«На кладбище «Фэйрфилд»? — в замешательстве повторил води-

«Это другое дело».

Народ повалил из театров и кино, и улицы быстро заполнились прохожими. Ричард продолжал нежно держать на руках Луизу, как спящего ребенка. Он сидел, откинувшись на спинку, и медленно напевал «Закружи меня снова в вальсе, Вилли».

Такая безумная поездка могла произойти только во сне. Мы проехали через Таймс-сквер. На лице Луизы плясали яркие огни. Когда мы останавливались перед светофорами, машину окружали пешеходы. Они заглядывали в окна и хихикали. Патрульные полицейские бросали на нас беглые взгляды и со скучающими лицами отворачивались. Ричард вез труп через центр самого большого города в мире, и ни у одного человека не возникло даже мысли о том, что в машине лежит мертвое тело.

Выехав на окраину, мы свернули и помчались к Ривердейлу. Такси остановилось перед домом, номер которого называл Ричард... Перед тем самым домом, который я

«Сейчас я как раз об этом и думаю, — сердито буркнул Ричард. Он терпеть не мог, когда осуществлению его планов мешали непредвиденные обстоятельства. — Жалко, что этот дурак отказался ехать на кладбище».

В этот момент Луиза внезапно села на диване. Она покачнулась и дотронулась рукой до горла.

«Дэвид, — прохрипела она, — ты... ты хотел убить меня».

Ричард повернулся и удивленно посмотрел на нее. В темноте Луиза напоминала привидение.

«Похоже, я недоделал свое дело», — с досадой заметил он.

«Ты пытался убить меня, — повторила Луиза с таким видом, будто никак не могла в это поверить. — Я тебе обещаю, ты обязательно попадешь за решетку».

«Как бы не так! — Ричард встал и угрожающе навис над ней. — Мне просто придется доделать работу, вот и все».

«Нет, о Господи! — испугалась она. — Извини, Дэвид, напрасно я все это затеяла. Мне не нужно бы-

тлохом. Помни, не было ничего интереснее, и ничего более».

С этими словами он ушел. Мне показалось, что я на мгновение закрыл глаза. Когда прозвонил будильник, на часах было уже девять. Вот таким был мой сон, доктор.

— Спасибо, Дэвид. Сейчас мне все ясно. Я объясню тебе твой сон, и ты больше его никогда не увидишь.

— Да, доктор.

— Когда была жива твоя первая жена, Дэвид, ты ведь хотел ее смерти?

— Да, я хотел, чтобы Луиза умерла.

— После ее смерти ты подсознательно чувствовал вину, будто ты сам убил Луизу. Накануне женитьбы на Энн это чувство вины проявилось в виде кошмара, в котором фигурировала живая Луиза. Думаю, зазвенел будильник, а тебе помешалось, будто это телефон. Мне кажется, что так, наверное, и начался твой сон... Луиза, Ричард и все остальное. Понимаешь?

— Да, доктор, понимаю.

— А сейчас ты немного отдохнешь. Когда я велю тебе проснуться, ты проснешься и забудешь свой кошмар. Он больше никогда не повторится... Отдыхай, Дэвид, спи.

— Хорошо, доктор.

— Доктор Мансон...

— Да, миссис Карпентер?

— Вы уверены, что Дэвид больше не приснится этот ужасный сон?

— Абсолютно уверен. Его подсознательное чувство вины вышло, так сказать, на поверхность и исчезло.

— Я так рада. Бедный Дэвид был на грани нервного срыва... О, извините, в дверь кто-то позвонил.

— Да-да, конечно...

— Из ателье принесли одеяла. Сестра Дэвида подарила нам на свадьбу красивые одеяла. Я отдала их в ателье, чтобы на них вышили нашу монограмму. Правда, красиво? — Очень.

— Я немедленно их спрячу. Вон там, за диванчиком у окна, Дэвид поставил сундук из кедра. Столяр сказал, что он абсолютно воздухо- непроницаемый, поэтому в нем не заведется моль. Я очень надеюсь, что столяр не обманул...

— Дэвид, можешь просыпаться... Как ты себя чувствуешь?

— Прекрасно, доктор. Только я Ричард, а не Дэвид. Вы меня очень удивили, когда подумали, будто Дэвид рассказывал вам сон. Неужели вы не знаете, что так он просто пытается скрыть правду от самого себя? В ту ночь действительно зазвонил телефон... Энн! Не подходи к кедровому сундуку! Я тебя предупреждаю, не открывай его!.. Ну что ж, а теперь бессмысленно стоять и вопить во все горло, сама виновата.

Пер. с англ.
Сергея МАНУКОВА



идеи. Давид ты задумал?
— Да, доктор.
Я хочу, чтобы ты немного поспал, пока я буду разговаривать с твоей женой.
— Хорошо...
— Ваш муж сейчас находится в состоянии легкого гипнотического состояния, миссис Карпентер. Можно спокойно разговаривать. Наша беседа не потревожит его.
— Я понимаю, доктор Мансон.
— Расскажите мне о кошмарах, которые снились Давиду. Вы сказали, что они начались в ночь после вашей свадьбы?
— Да, доктор, неделю назад. После свадебной церемонии мы приехали прямо сюда — в наш новый дом. На рассвете я проснулась от громких криков Давида. Он извивался, будто с кем-то боролся, и что-то кричал. Когда я его разбудила, он сказал, что ему приснились кошмары.
— Он что-нибудь помнит?
— Нет. Давид проглотил таблетку секонала и опять лег спать. На следующую ночь все повторилось... Вся неделя после свадьбы ему непрерывно снились кошмары.
— Значит, повторяющийся кошмар. Все ясно. Я знаю Давида много лет и думаю, что мы сможем без особого труда избавить его от этого ужасного сна.
— О, доктор, я так надеюсь на вас!
— Вероятно, Ричард вновь попытается овладеть его волей и сознанием.
— Кто такой Ричард?
— Вторая половина Давида, вторая личность, так сказать.
— Боюсь, я вас не понимаю.
— В 12 лет Давид попал в автомобильную аварию и испытал сильный нервный шок, после чего у него развилась шизофрения с симптомами раздвоения личности. Одной половиной был сам Давид, другой — безразсудный, дерзкий человек, совершавший и не признававший никаких правил. Давид называл свою вторую половину Ричардом и заявлял, что это его брат-близнец, который живет у него в голове.

В истории медицины подобных случаев очень много. Когда Давид уставал или его что-то тревожило, Ричарду удавалось брать над ним верх. Он заставлял его совершать очень странные поступки — типа прогулок во сне или поджигания простыней. Когда Ричард подавлял его волю и овладевал сознанием, Давид был бессилен. Порой он даже не мог вспомнить, что происходило в эти минуты. Часто Давиду казалось, что ему просто снятся кошмары.

— Бедный мой...
— Я провел с ним полный курс лечения, и у меня сложилось впечатление, что мы навсегда прогнали Ричарда. Но возможно, что. Сейчас я стану задавать Давиду вопросы об этом повторяющемся сне... Давид!
— Да, доктор?
— Я хочу, чтобы ты рассказал мне о сне, который беспокоит тебя в последнее время. Сейчас ты можешь его вспомнить, не так ли?
— Сон! Да-да, сейчас я могу его вспомнить!

— Не волнуйся. Когда он тебе впервые приснился?
— В ночь свадьбы... Нет-нет, я ошибаюсь, это было в ночь перед нашей свадьбой.
— Ты уверен?
— Да. Весь день я провел в конторе: перед отпуском приводил дела в порядок. Вечером поехал в новый дом в Ривердейле, чтобы убедиться, что все готово к приезду Энн. Около одиннадцати вернувшись в город в свою холостяцкую квартиру, я лег спать, но так сильно устал, что никак не мог уснуть, пришлось проглотить таблетку секонала. Едва стал засыпать, как мне начал снится этот сон.
— С чего он начался, Давид?
— Мне приснилось, будто зазвонил телефон. Я сел и снял трубку. Мне даже показалось, что это про-исходит не во сне, а наяву... Я почувствовал, что действительно зазвонил

телефон, и снял трубку, но потом понял: все это мне только снится. — А как ты понял, что все происходит во сне, Давид?
— Мне звонила Луиза. Даже во сне я знал, что Луиза мертва.
— Когда умерла Луиза, Давид?
— Год назад. Она отправилась в Западную Вирджинию навестить своих родителей. Ее машина со-рвалась с горной дороги и сгорела в пропасти.
— Поэтому, когда ты услышал ее голос, сразу понял, что тебе это снится.
— Да. Она сказала: «Давид, почему ты молчишь?» На мину-ту я, наверное, лишился дара речи, потом ответил, зная, что

все это сон: «Вы меня разыгрыва-ете — Луиза мертва».
«Я знаю, Давид, — в голосе Лу-изы послышались знакомые зави-тельные нотки. — Ну конечно же, Луиза мертва».

«Это просто сон, — сказал я ей. — Через минуту я проснусь и забуду об этом звонке».
«О да, ты проснешься, дорогой, — чтобы ты бодрствовал, когда я согласилась со мной Луиза. — Я хо-чу, чтобы ты бодрствовал, когда я приеду к тебе. Немедленно выезжай с кладбища. До скорой встречи».
Дальнейшее я помню смутно. Скорее всего, она положила трубу-ку. Неожиданно все переверну-лось с ног на голову, как часто бы-вает в снах. У меня сохранилось воспоминание, как я сижу полно-стью одетый, курю сигарету и жду. Жду, когда Луиза увидит с кладби-ща и явится ко мне. Я знал, что

она никак не может уйти с кладби-ща, но по сию мил парой гоним со-гласится даже с невозможным, поэтому я все-таки ждал ее.
Когда раздался звонок, автоматиче-ски подошел к двери и открыл ее, но на пороге стояла не Луиза, а Ричард.
— Твой брат-близнец Ричард? — Да, мой брат-близнец. Только он выше, сильнее и красивее меня. Ричард стоял и уверенно улыбался.
«Давид, неужели ты не собира-ешься пригласить меня? — насме-ялся Ричард».

— Да, она сказала: «Давид, почему ты молчишь?» На мину-ту я, наверное, лишился дара речи, потом ответил, зная, что

она никак не может уйти с кладби-ща, но по сию мил парой гоним со-гласится даже с невозможным, поэтому я все-таки ждал ее.
Когда раздался звонок, автоматиче-ски подошел к двери и открыл ее, но на пороге стояла не Луиза, а Ричард.
— Твой брат-близнец Ричард? — Да, мой брат-близнец. Только он выше, сильнее и красивее меня. Ричард стоял и уверенно улыбался.
«Давид, неужели ты не собира-ешься пригласить меня? — насме-ялся Ричард».

— Да, она сказала: «Давид, почему ты молчишь?» На мину-ту я, наверное, лишился дара речи, потом ответил, зная, что

она никак не может уйти с кладби-ща, но по сию мил парой гоним со-гласится даже с невозможным, поэтому я все-таки ждал ее.
Когда раздался звонок, автоматиче-ски подошел к двери и открыл ее, но на пороге стояла не Луиза, а Ричард.
— Твой брат-близнец Ричард? — Да, мой брат-близнец. Только он выше, сильнее и красивее меня. Ричард стоял и уверенно улыбался.
«Давид, неужели ты не собира-ешься пригласить меня? — насме-ялся Ричард».

Р. АРТУР

СМЕРТЬ = ЭТО



шливо поинтересовался Ричард. — Как-никак мы с тобой не виделись целых пятнадцать лет.
«Нет, Ричард! — воскликнул я. Ты не можешь вернуться!».
«Но я вернулся, — невозмутимо сказал он и прошел мимо меня в комнату. — Я давно собирался за-глянуть к тебе в гости. Сегодняш-ний вечер, по-моему, отлично под-ходит для визита».
«Зачем ты пришел? — возмущил-ся я. — Ты мертв. Мы с доктором Мансоном убили тебя».
«Луиза тоже мертва, — спокойно похаживая плечами Ричард, — но это не мешает ей вернуться. Поче-му же и я не могу вернуться?»
«Что тебе нужно?»
«Ничего. Я хочу только помочь тебе, Давид. Тебе нужно, чтобы сегодня рядом кто-нибудь был. Ты чересчур взвинчен, чтобы встре-

открытым ртом. Завид, к тебе ста, двери. Я не привыкла к свидани-кам. Сам знаешь, я почти год проле-жала в заколоченном гробу, а там не душно».

Я открыл дверь, и из меня пото-ком хлынули слова: «Что тебе нуж-но? Зачем ты пришла? Ты мертва».
«Давид, а ты ведь на самом деле веришь в то, что я мертва, правда? — расхохоталась она. — Нет, мой доро-гой, я жива. Просто мне захотелось немного подуть над тобой».

«Поддуть надо мной?» — по-вторил я.
Она принялась хотеть во все горло. Мне даже показалось, что у нее истерика.

«Да, Давид, — с усмешкой кив-нула моя бывшая жена. — В мо-менты кризисов ты всегда начинал сильно нервничать. Вот мне и при-шла в голову веселая идея: сыг-

рать роль привидения и поигри-вать, как ты меня встретишь».

«Ты лжешь! — возмущенно за-кричал я. — Ты мертва!» Я видел, как тебя хоронили».

«Давид, неужели ты не считаешь, что я мертва?»
«Неужели я могла намертво?»
Она отбросила вуаль и показала мне белое лицо, на щеках пыла-ли румянец, глаза ярко блестели, белая зубка обнажилась в коша-чей улыбке».

«Ты похоронил девицу, кото-рую я иду в гости в тот день. Она горела. Я имитировала надежду на мое свечение, когда и сгорела в руки сурового, потом разодгла обложки и умерла».

«Но я не?» — засмеялся я, когда она сказала: «Почему ты это спрашиваешь?»

«Потому что мне это показало-ся забавным. Если хочешь знать, ты мне надоел больше, чем я тебе, и мне пришлось по душе идея на ка-ком-то браке. Тут, другим челове-ком. К тому же я знала, что, когда мне насучит игра, я всегда смогу вернуться».

«Но у меня завтра свадьба. Я женюсь на Энн».

«Знаю, я читаю газеты. Вижу, ты не рад моему возвращению. Хоро-шо, дорогой Давид, я согласна уе-хать и дальше повторяться мерт-вой, а ты можешь спокойно женить-ся на дочери своего лучшего клиен-та. Но для этого мне нужны деньги».

«Нет! Я не дам тебе никаких де-нег. Тебя нет в живых. Ты мертва!»
«Могут представить заголовки в завтрашних газетах, — задумчиво произнесла Луиза. — «ЖЕНА ВИД-НОГО МОЛОДОГО АДВОКАТА ВОЗ-ВРАЩАЕТСЯ ИЗ МОГИЛЫ».

«СЧИТАЕШЬСЯ МЕРТВОЙ ЖЕНЫ ПРЕВРАЩАЕТ СВАДЕБНУЮ ЦЕРЕ-МОНИЮ».

«Нет! — закричал я. — Я не позво-лю тебе помешать нашей свадьбе!»
«Мне нужно только десять тысяч долларов. Я обещаю тихо разве-стись с тобой, и чуть позже твои мо-жет быть, станут законными. Вот

как ты можешь вернуть себе жизнь?»
«Но я не могу вернуть себе жизнь».

«Почему не можешь? Она дол-жна умереть, чтобы я могла вернуться к тебе».

«Но я не могу вернуть себе жизнь».

«Почему не можешь? Она дол-жна умереть, чтобы я могла вернуться к тебе».

«Но я не могу вернуть себе жизнь».

«Почему не можешь? Она дол-жна умереть, чтобы я могла вернуться к тебе».

«Но я не могу вернуть себе жизнь».



«ПЕТУШИННОЕ СЛОВО»

Знаменитики утверждали, что фантастический успех у женщин Август имел не только благодаря привлекательным внешним качествам. Он, дескать, знал таинственное «петушиное слово», которое давало ему невероятную власть над прекрасной половиной человечества.

Когда Августу исполнилось 17 лет, отец отправил его в путешествие по Европе. В Мадриде юноша влюбился в замужнюю маркизу Мансера. Женщина не устояла, а у ревнивого мужа появились подозрения. Он нанял киллеров. Те подстергали парня, когда он на рассвете возвращался со свидания. Август отбил, а маркизе не повезло муж заставил ее выпить кубок с ядом.

В Венеции в Августа влюбилась прекрасная вдова. Некоторое время юноша был на вершине блаженства, а потом как-то застал возлюбленную в объятиях монаха! С горя пошел к проституткам...

Любовные приключения требовали немалых денег. Когда Август стал курфюрстом, в его распоряжении оказалась государственная казна. Тогда-то и зазвучало во всю мощь «петушиное слово».

КАРАВАН ЛЮБОВНИЦ

В 22 года Август женился на принцессе Христине Эбергартине из захудалого немецкого княжества. Мать надеялась, что брак утормозит распутного сына. Первое время молодожены жили ладно, но вскоре законная супруга надоела Августу.

Удержаться ему было трудно хотя бы потому, что придворные дамы выстроились к нему в негласную очередь. Первой стояла фрейлина фон Кессель. За ласки Август подарил ей украшений и посуды на 60 тыс. талеров. На последовавшем вскоре балу фон Кессель появилась осыпанной бриллиантами.

Мать и супруга Августа сразу смекнули, откуда у бедной фрейлины вдруг взялись такие драгоценности. Они устроили ей головомойку и посулили упрятать в психушку. Влетело и Августу. Скандаль замаячил, а фон Кессель выдала замуж за фельдмаршала Хаугвица.

В череду любовниц Августа выделяется Аврора Кенигсмарк. Она была красива, воспитанна и умна. Обожавшая Аврору, король устраивал в ее честь пышные праздники, дарил ей роскошные наряды и украшения. Среди последних был букет цветов из бриллиантов, рубинов и изумрудов.

Жена и мать поддали как следует и Авроре, но она каким-то обра-

Курфюрст Саксонии и король Польши Август II Сильный (1670 – 1733) был красив, неглуп, жизнерадостен, неутомим в танцах, на пиру и охоте, мастерски стрелял и фехтовал, первенствовал в рыцарских забавах.

Он прекрасно одевался и был галантен с дамами.

Кроме жены, у него было 700 любовниц и 354 ребенка.

КОРОНОВАННЫЙ БАБНИК

зом сумела подружиться с ними. Втроем женщины пытались удержать закусившего удила жеребца, в которого превратился муж, сын и любовник, но силенок у них было маловато.

В Вене Август влюбился в немолодую, невзрачную и замужнюю графиню Эстерле. На следующий день он послал графине нежное письмо и серьги стоимостью в 40 тыс. гульденов. Матрона поняла, что напала на золотую жилу, но однажды муж застал ее в постели с Августом. Драмы удалось избежать только потому, что Эстерле в своей измене обвинила супруга.

ГРАФИНЯ КОССЕЛЬ

Анна Гойм появилась при дворе из-за спора. Как-то Август на пирушке заговорил с друзьями о женской красоте. Один из участников, Гойм, заявил, что краше его жены

нет на свете женщины. На вопрос, почему же ее никто не видел, муж приказал ей расстаться с предыдущим супругом под замком.

Гуляки напоили хвастуна и выманили у него письменный приказ жене вступить во дворец курфюрста. Когда Анна оказалась, все единодушно признали, что Гойм не врал. Август тут же влюбился в нее и через три дня предложил Анне вступить с ним в связь.

Но женщина потребовала от Августа навсегда расстаться с предыдущей любовницей, устроить ей развод с мужем и платить по 100 тыс. талеров в год. Кроме того, курфюрст должен был дать письменное согласие на брак с ней, если овдовеет.

Сгорая от страсти, Август согласился на все условия и получил доступ к телу. Вскоре Анна стала графиней Коссель и под этим

именем вошла в историю.

Анна смогла на 10 лет привязать Августа. Она обладала неуязвимой красотой и тонким умом, хотя, надо признать, в то же время была заносчивой и алчной, старалась загнать Августа под каблук и править Саксонией и Польшей. Неудивительно, что у нее вскоре появились враги.

Август не знал, как угодить любимой. Для нее он построил дворец четырех времен года – шедевр архитектуры, где в любой день можно было увидеть одновременно зиму, весну, лето и осень. В честь Анны устраивались пышные театрализованные представления, балы, пиры, охоты, народные гулянья.

По пышности Дрезден вскоре сравнялся с Версалем. Огромные деньги шли исключительно на женские прихоти, хотя в то время страна вела изнурительную войну со Швецией. Август оказался бездарным полководцем. Он проиграл Карлу XII сражение за Брауншвейг. Далеко не лучшим образом сложилась и Саксония. Последней причиной выпадать значительную сумму денег.

Однако Август не переживал. Он продолжал в прежнем режиме. Графиня Коссель была очень красива. Она получала и покупала имения и ценности, спекулировала, давала деньги в долг под высокие проценты...

Но прошло время, когда Коссель стала слишком влиятельной. Узнав об измене, графиня Коссель решила прострелить Августу в спину. Она метко, и король не выжил. Гому же...

Зыгра... финал, она отп... 30 сундуков... посудой, тканя... небольшая часть...

После ряда д... бытия Август зате... ницу в башне замка, распо... ного в городишке Стоппен. Там графиня Коссель провела в одиночной камере почти 50 лет. Скончалась она в 1765 г.

Расправившись с графиней Коссель, Август пустился во все тяжкие. Последней пассией ловеласа стала его собственная дочь – графиня Оржельская, матерью которой была дочь трактирщика – Генриетта Дюваль.

Доченька легла в постель пачиши, надеясь на неплюхих диниденды, и, надо сказать, надежды оправдались: незадолго до смерти Август выдал ее замуж за принца из небольшого немецкого княжества.

Справедливости ради следует сказать, что не все женщины поддавались чарам монарха с повадками торговца оптом. Но таковых тогда было очень и очень мало. Как, впрочем, и сейчас.

Михаил АЗАРОВ

ХОТИТЕ СТАТЬ СЧАСТЛИВЫМ? Все в ваших силах!

Вам кажется, что не осталось возможностей повлиять на сложившуюся жизненную ситуацию — вашу или ваших близких? Не отчаивайтесь, самое главное — ваше желание и стремление изменить жизнь к лучшему!

Есть люди, способные помочь вам реализовать эти стремления. Рассказывает г-жа Покровская:

«Не случайно с давних времен в каждом поселении были люди, обладающие тайными знаниями. Так и женщины нашего рода издавна помогали окружающим в решении любовных и семейных проблем, возвращали любимых и не оставляли шанса соперникам, отводили беду от домашнего очага, снимали сглаз и порчу, заговаривали на удачную торговлю, делали всевозможные талисманы, способствующие успеху в делах, и обереги, отгоняющие нечистую силу.

Это неправда, что человек создан для страданий! И я могу помочь человеку, который сам этого хочет и верит, что он станет счастливым!

Люди обращаются ко мне с разными проблемами, не всегда осознавая их трагичность. Одиночество, распад семьи, уход любимого человека как следствие стресса, нервный срыв, ухудшение внешнего вида. Порча любой ее вид — плечет за собой ухудшение здоровья, вплоть до возникновения хронических заболеваний. А человек нервный, раздраженный, часто болеющий — плохой работник, откуда ухудшение в делах. Ухудшение, ухудшение, ухудшение... Человек не видит выхода! Я же могу, применяя свои знания и опыт, помочь улучшить сложившуюся ситуацию. Я МОГУ ВАМ ПОМОЧЬ!

Тайные знания всегда тщательно оберегали, как сокровище, приносящее счастье людям, бережно передавали из поколения в поколение и ценили не дешево, так нет большей радости, чем здоровье, счастье в доме и успех в делах! Не отчаивайтесь, не опускайте руки! ВЫ МОЖЕТЕ ЖИТЬ СЧАСТЛИВО!

Записаться на прием к г-же Покровской вы можете, позвонив по телефону 241-14-21 ее секретарю, ежедневно с 9.00 до 21.00.

С.И.И.И.И.

Болгарский ученый Любим Пухляков высказал любопытную гипотезу для того, чтобы образовался Атлантический океан, скорость вращения Земли должна была увеличиться в 8 раз. Когда и почему возросла скорость нашей планеты? Причина, по мнению Пухлякова, следующая: у Земли был еще один спутник — Перун, который затем упал на земную поверхность.

По правилам небесной механики все спутники, не получающие дополнительных энергетических импульсов, рано или поздно падают на планету, вокруг которой вращаются. Это подтверждают, в частности, и наблюдения за спутником Марса — Фобосом. Ученые полагают, что в ближайшие 10 тыс. лет он, возможно, упадет на Марс.

Если снижающийся спутник обладает большими размерами и массой, он в определенный момент начнет разрушаться под воздействием сил притяжения планеты. Возможно, кольца Сатурна не что иное, как остатки такого спутника. Но у Перуна была другая судьба — он рухнул на Землю и распался на части.

Снижение этой второй Луны началось очень давно, еще во времена девок (около 350 млн. лет назад). В конце концов Перун

приблизился настолько, что скорость его вращения вокруг Земли стала превышать скорость вращения нашей планеты. Он улетел с Земли около 70 млн. лет назад.

ПЕРУН — ВТОРАЯ ЛУНА?

Постепенно скорость вращения Земли начала замедляться. Вероятно, этот процесс и привел к тому, что именно в последние 70 млн. лет на нашей планете стали формироваться самые высокие горные системы — Кордильеры и Анды в Америке, Альпы и Гималаи в Евразии.

Перун упал на Землю, что, конечно, это катастрофа. С тех пор на месте огромного кратера из Атлантики в Перуну...

После этого события, его последствия, охоту, народные гулянья...

После этого события, его последствия, охоту, народные гулянья...

После этого события, его последствия, охоту, народные гулянья...

После этого события, его последствия, охоту, народные гулянья...

После этого события, его последствия, охоту, народные гулянья...

После этого события, его последствия, охоту, народные гулянья...

Виктор РОЩАХОВСКИЙ



«ПЕТУШИНОЕ СЛОВО»

Завистники утверждали, что фантастический успех у женщин Август имел не только благодаря приведенным выше качествам. Он, дескать, знал таинственное «петушиное слово», которое давало ему невероятную власть над прекрасной половиной человечества.

Когда Августу исполнилось 17 лет, отец отправил его в путешествие по Европе. В Мадриде юноша влюбился в замужнюю маркизу Мансера. Женщина не устояла, а у ревнивого мужа появились подозрения. Он нанял киллеров. Те подстерегли парня, когда он на рассвете возвращался со свидания. Август отбился, а маркизе не повезло: муж заставил ее выпить кубок с ядом.

В Венеции в Августа влюбилась прекрасная вдова. Некоторое время юноша был на вершине блаженства, а потом как-то застал возлюбленную в объятиях монаха! С горя пошел к проституткам...

Любовные приключения требовали немалых денег. Когда Август стал курфюрстом, в его распоряжении оказалась государственная казна. Тогда-то и зазвучало во всю мощь «петушиное слово».

КАРАВАН ЛЮБОВНИЦ

В 22 года Август женился на принцессе Христине Эберггардине из захудалого немецкого княжества. Мать надеялась, что брак утормозит распутного сына. Первое время молодожены жили ладно, но вскоре законная супруга надоела Августу.

Удержаться ему было трудно хотя бы потому, что придворные дамы выстроились к нему в негласную очередь. Первой стояла фрейлина фон Кессель. За ласки Август подарил ей украшений и посуды на 60 тыс. талеров. На последовавшем вскоре балу фон Кессель появилась осыпанной бриллиантами.

Мать и супруга Августа сразу смекнули, откуда у бедной фрейлины вдруг взялись такие драгоценности. Они устроили ей головомойку и посулили упрятать в психушку. Влетело и Августу. Скандал замяли, а фон Кессель выдали замуж за фельдмаршала Хаугвица.

В череде любовниц Августа выделяется Аврора Кенигсмарк. Она была красива, воспитанна и умна. Обожавшая Аврору, король устраивал в ее честь пышные праздники, дарил ей роскошные наряды и украшения. Среди последних был букет цветов из бриллиантов, рубинов и изумрудов.

Жену и мать поддали как следует, но она каким-то обра-

Курфюрст Саксонии и король Польши Август II Сильный (1670 – 1733) был красив, неглуп, жизнерадостен, неутомим в танцах, на пиру и охоте, мастерски стрелял и фехтовал, первенствовал в рыцарских забавах.

Он прекрасно одевался и был галантен с дамами.

Кроме жены, у него было 700 любовниц и 354 ребенка.

КОРОНОВАННЫЙ БАБНИК

зом сумела подружиться с ними. Втроем женщины пытались удержать закусившего удила жеребца, в которого превратился муж, сын и любовник, но силенок у них было маловато.

В Вене Август влюбился в немолдую, невзрачную и замужнюю графиню Эстерле. На следующий день он послал графине нежное письмо и серьги стоимостью в 40 тыс. гульденов. Матрона поняла, что напала на золотую жилу, но однажды муж застал ее в постели с Августом. Драмы удалось избежать только потому, что Эстерле в своей измене обвинила супруга.

ГРАФИНЯ КОССЕЛЬ

Анна Гойм появилась при дворе из-за спора. Как-то Август на пирушке заговорил с друзьями о женской красоте. Один из участников, Гойм, заявил, что краше его жены

нет на свете женщины. На вопрос, почему же ее никто не видел, муж признался, что из ревности держит супругу под замком.

Гуляки напоили хвастуна и выманили у него письменный приказ жене явиться во дворец курфюрста. Когда Анна показала, все единодушно признали, что Гойм не врал. Август тут же влюбился в нее и через три дня предложил Анне вступить с ним в связь.

Но женщина потребовала от Августа навсегда расстаться с предыдущей любовницей, устроить ей развод с мужем и платить по 100 тыс. талеров в год. Кроме того, курфюрст должен был дать письменное согласие на брак с ней, если овдовеет.

Сгорая от страсти, Август согласился на все условия и получил доступ к телу. Вскоре Анна стала графиней Коссель и под этим

именем вошла в историю. Анна смогла на 10 лет привязать Августа. Она обладала неувядающей красотой и тонким умом, хотя, надо признать, в то же время была заносчивой и алчной, старалась загнать Августа под каблук и править Саксонией и Польшей. Неудивительно, что у нее вскоре появились враги.

Август не знал, как угодить любимой. Для нее он построил Дворец четырех времен года – шедевр архитектуры, где в любой день можно было увидеть одновременно зиму, весну, лето и осень. В честь Анны устраивались пышные театрализованные представления, балы, пиры, охоты, народные гулянья.

По пышности Дрезден вскоре сравнялся с Версалем. Огромные деньги шли исключительно на женские прихоти, хотя в то время страна вела изнурительную войну со Швецией. Август оказался бездарным полководцем. Он проигрывал Карлу XII сражение за сражением. Дело кончилось оккупацией Польши и Саксонии. Последней пришлось выплатить значительную контрибуцию.

Однако Август не переживал. Он воевал в промежутках между пирами и балами. Графиня Коссель держала его на коротком поводке и набивала сундуки. Она получала и покупала имения и ценности, спекулировала, давала деньги в долг под высокие проценты...

Но пришло время, когда Коссель начала королю надоедать. Этим тут же воспользовались ее враги. Они свели Августа с графиней Денгоф, которая, по их мнению, могла надолго увлечь ветренника, причем корыстолюбивая мать Денгоф сама уложила дочь в постель короля.

Узнав об измене, графиня Коссель пообещала прострелить Августу голову. Стреляла она метко, и король не на шутку испугался. К тому же графиня наотрез отказалась вернуть записку с клятвенным обещанием жениться на ней. Разыгрался скандал. Предчувствуя финал, она отправила на родину 30 сундуков с драгоценностями, посудой, тканями – это была лишь небольшая часть ее сокровищ.

После ряда драматических событий Август заточил экс-любовницу в башне замка, расположенного в городишке Столпен. Там графиня Коссель провела в одиночной камере почти 50 лет. Скончалась она в 1765 г.

Расправившись с графиней Коссель, Август пустился во все тяжкие. Последней пассией ловеласа стала его собственная дочь – графиня Оржельская, матерью которой была дочь трактирщика – Генриетта Дюваль.

Доченька легла в постель папаше, надеясь на неплохие дивиденды, и, надо сказать, надежды оправдались: незадолго до смерти Август выдал ее замуж за принца из небольшого немецкого княжества.

Справедливости ради следует сказать, что не все женщины поддавались чарам монарха с повадками торговца оптом. Но таковых тогда было очень и очень мало... Как, впрочем, и сейчас.

ДАВНИК

Удержаться ему было трудно хотя бы потому, что придворные дамы выстроились к нему в негласную очередь. Первой стояла фрейлина фон Коссель. За ласки Август подарил ей украшений и посуды на 60 тыс. талеров. На последовавшем вскоре балу фон Коссель появилась осыпанной бриллиантами.

Мать и супруга Августа сразу смекнули, откуда у бедной фрейлины вдруг аялись такие драгоценности. Они устроили ей голопомойку и посулили упрятать в пен-зю, а фон Коссель выдала за мужа за фельдмаршала Лавинца.

В чередке любовниц Августа выделяется Аврора Кенигсмарк. Она была красива, воспитанна и умна. Обожавшая Аврору, король устраивал в ее честь пышные праздники, дарил ей роскошные наряды и украшения. Среди последних был букет цветов из бриллиантов, рубинов и изумрудов.

Жена и мать поддали как следует и Авроре, но она каким-то обра-

зом сумела подружиться с ними. Втроем женщины пытались удержать закусившего удила жеребца, в которого превратился муж, сын и любовник, но силенок у них было маловато.

В Вене Август влюбился в немолдую, невзрачную и замужнюю графиню Эстерле. На следующий день он послал графине нежное письмо, в котором стоимостью в 40 тыс. гульденов. Матрона поняла, что напала на золотую жилу, но однажды муж застал ее в постели с Августом. Драмы удалось избежать только потому, что Эстерле в своей измене обвинила супруга.

ГРАФИНЯ КОССЕЛЬ

Анна Гойм появилась при дворе из-за спора. Как-то Август на пиршке заговорил с друзьями о женской красоте. Один из участников, Гойм, заявил, что краше его жены

нет на свете женщины. На вопрос, почему же ее никто не видел, муж признался, что из ревности держит супругу под замком.

Гуляки напоили хвастуна и выманили у него письменный приказ жене явиться во дворец курфюрста. Когда Анна показалась, все единодушно признали, что Гойм не врал. Август тут же влюбился в нее и через три дня предложил Анне вступить с ним в связь.

Но женщина потребовала от Августа навсегда расстаться с предыдущей любовницей, устроить ей развод с мужем и платить по 100 тыс. талеров в год. Кроме того, курфюрст должен был дать письменное согласие на брак с ней, если овдовеет.

Сгорая от страсти, Август согласился на все условия и получил доступ к телу. Вскоре Анна стала графиней Коссель и под этим

именем вошла в историю.

Анна смогла на 10 лет привязать Августа. Она обладала неувядающей красотой и тонким умом, хотя, надо признать, в то же время была заносчивой и алчной, старалась загнать Августа под каблук и править Саксонией и Польшей. Неудивительно, что у нее вскоре появились враги.

Август не знал, как угодить любимой. Для нее он построил дворец четырех времен года — шедевр архитектуры, где в любой день можно было увидеть одновременно зиму, весну, лето и осень. В честь Анны устраивались пышные театрализованные представления, балы, пиры, охоты, народные гулянья.

Позже Август заточил экс-любовницу в башне замка, расположенного в городишке Столпен. Там графиня Коссель провела в одиночной камере почти 50 лет. Скончалась она в 1765 г.

Расправившись с графиней Коссель, Август пустился во все тяжкие. Последней пассией ловецася стала его собственная дочь — графиня Оржельская, матерью которой была дочь трактирщика — Генриетта Дюваль.

Доченька легла в постель папаша, надеясь на неплохие дивиденды, и, надо сказать, надежды оправдались: незадолго до смерти Август выдал ее замуж за принца из небольшого немецкого княжества.

Справедливости ради следует сказать, что не все женщины поддавались чарам монарха с повадками торговца оптом. Но таковых тогда было очень и очень мало... Как, впрочем, и сейчас.

Михаил АЗАРОВ

ХОТИТЕ СТАТЬ СЧАСТЛИВЫМ? Все в ваших силах!

Вам кажется, что не осталось возможностей повлиять на сложившуюся жизненную ситуацию — вашу или ваших близких? Не отчаивайтесь. самое главное — ваше желание и стремление изменить жизнь к лучшему!

Есть люди, способные помочь вам реализовать эти стремления. Рассказывает г-жа Покровская:

«Не случайно с давних времен в каждом поселении были люди, обладающие тайными знаниями. Так и женщины нашего рода издавна помогали окружающим в решении любовных и семейных проблем, возвращали любимых и не оставляли шанса соперникам, отводили беду от домашнего очага, снимали сглаз и порчу, заговаривали на удачную торговлю, делали всевозможные талисманы, способствующие успеху в делах, и обереги, отгоняющие нечистую силу.

Это неправда, что человек создан для страданий! И я могу помочь человеку, который сам этого хочет и верит, что он станет счастливым!

Люди обращаются ко мне с разными проблемами, не всегда осознавая их трагичность. Одиночество, распад семьи, уход любимого человека — как следствие, стресс, нервный срыв, ухудшение внешнего вида. Порча — любой ее вид — влечет за собой ухудшение здоровья, вплоть до возникновения хронических заболеваний. А человек нервный, раздраженный, часто болеющий — плохой работник, отсюда ухудшение в делах. Ухудшение, ухудшение, ухудшение... Человек не видит выхода! Я же могу, применив свои знания и опыт, помочь улучшить сложившуюся ситуацию. Я МОГУ ВАМ ПОМОЧЬ!

Тайные знания всегда тщательно оберегали, как сокровище, приносящее счастье людям, бережно передавали из поколения в поколение и ценили недешево, т.к. нет большей радости, чем здоровье, счастье в доме и успех в делах! Не отчаивайтесь, не опускайте руки! ВЫ МОЖЕТЕ ЖИТЬ СЧАСТЛИВО!

Приглашаю на прием к г-же Покровской вы можете, позвонив по телефону 241-14-21 ее секретарю, ежедневно с 9.00 до 21.00.

Свид. № 3/9636

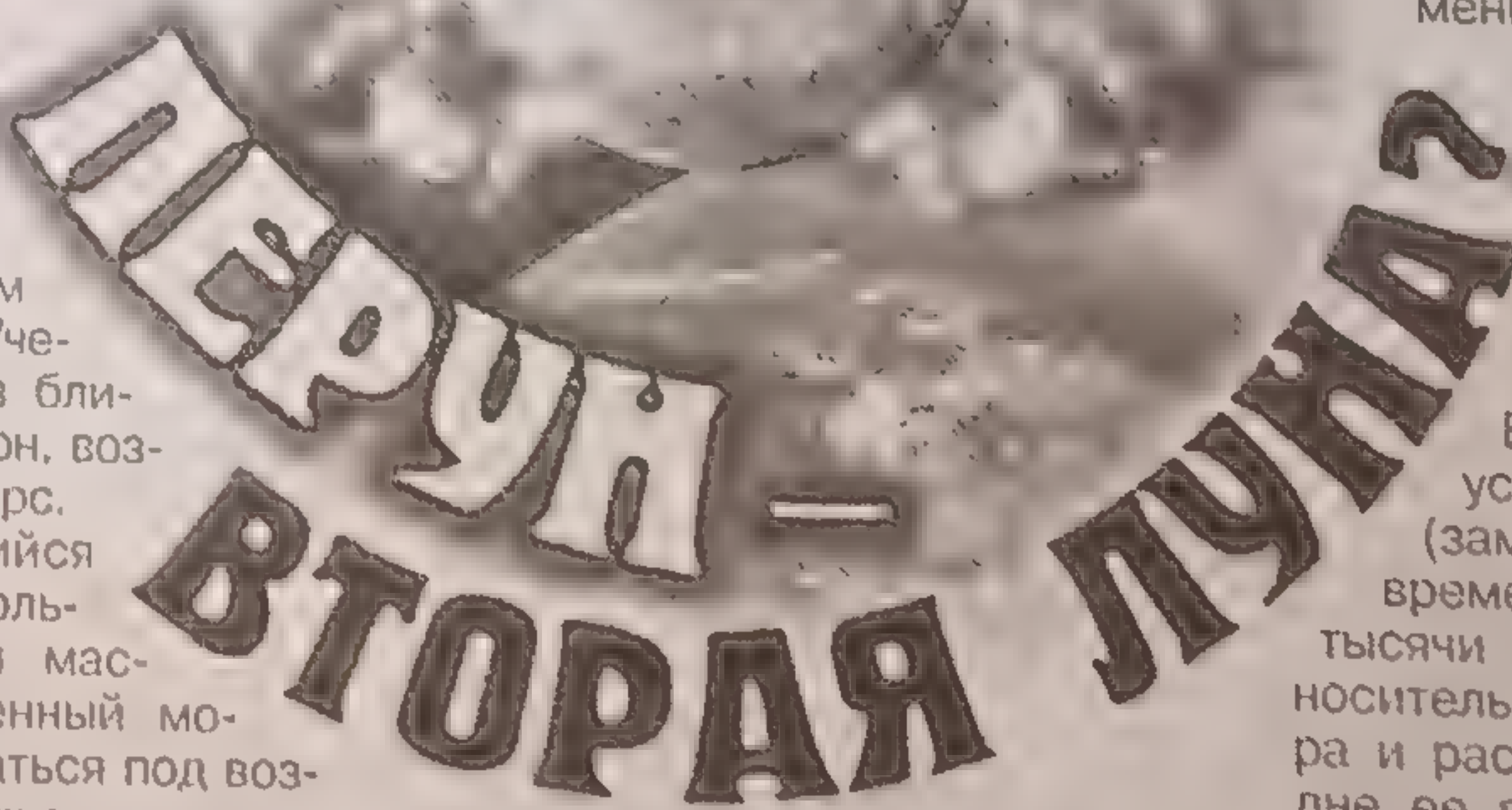
Болгарский ученый Любим Пухляков высказал любопытную гипотезу: для того, чтобы образовался Атлантический океан, скорость вращения Земли должна была увеличиться в 8 раз. Когда и почему возросла скорость нашей планеты? Причина, по мнению Пухлякова, следующая: у Земли был еще один спутник — Перун, который затем упал на земную поверхность.

По правилам небесной механики все спутники, не получающие дополнительных энергетических импульсов, рано или поздно падают на планету, вокруг которой вращаются. Это подтверждают, в частности, и наблюдения за спутником Марса — Фобосом. Ученые полагают, что в ближайшие 10 тыс. лет он, возможно, упадет на Марс.

Если снижающийся спутник обладает большими размерами и массой, он в определенный момент начнет разрушаться под воздействием сил притяжения планеты. Возможно, кольца Сатурна не что иное, как остатки такого спутника. Но у Перуна была другая судьба — он рухнул на Землю и распался на части.

Снижение этой второй Луны началось очень давно, еще во времена девона (около 350 млн. лет назад). В конце концов Перун

приблизился настолько, что скорость его вращения вокруг Земли стала превышать скорость вращения нашей планеты. Он упал на Землю около 70 млн. лет назад.



Постепенно скорость вращения Земли начала замедляться. Вероятно, этот процесс и привел к тому, что именно в последние 70 млн. лет на нашей планете стали формироваться самые высокие горные системы — Кордильеры и Анды в Америке, Альпы и Гималаи в Евразии.

Перун упал в Тихий океан — конечно, это была вселенская катастрофа. Около 150 млн. лет назад на месте его падения находился огромный материк Гондвана. С него из Австралии в Южную Америку и обратно мигрировали фауна и флора. В начале кайнозоя (около 70 млн. лет назад) связь между этими континентами неожиданно прервалась.

Катастрофа разрушила Гондвану, а на ее месте образовался Тихий океан (его южная часть). Затонули и огромные куски разрушенного Перуна.

По мнению Пухлякова, его гипотеза объясняет современное неритмичное ускорение вращения Земли.

Происходит это потому, что плотные части Перуна после многократных землетрясений переместились глубоко в недра планеты. Естественно, спонтанные ускорения вращения Земли (заметим: они проходят во временных отрезках в тысячи и тысячи лет) сопровождаются относительным удлинением экватора и расширением Атлантики. На дне ее появились огромные трещины, через которые на поверхность океана поступает значительное количество тепла из недр Земли.

В свете гипотезы Л. Пухлякова теплое течение Гольфстрим вполне можно считать донным нагреванием вод Атлантического океана.

Виктор РОЩАХОВСКИЙ



Современные охотники за привидениями вовсе не воюют с разбушевавшимися фантомами, подобно своим киношным коллегам, и не собирают бесплотных монстров в специальные непроницаемые емкости, а лишь определяют причину появления таинственных сущностей и нейтрализуют их. Автору этих строк как-то довелось лично понаблюдать за работой таких специалистов, пару дней поездив вместе с ними на экстренные вызовы.

МЕРТВЕЦ В ХОЛОДИЛЬНИКЕ И ФАНТОМ УБИЕННОЙ

— Наша группа состоит из психотерапевта и шамана из Ассоциации творческого и лечебного гипноза, — рассказывает парапсихолог Дмитрий. — В основное время ребята врачуют пациентов от различных душевных недугов и лишь иногда по просьбам страждущих денек-другой ведут борьбу с распоясавшимися духами.

Сегодня нам предстоит посетить три квартиры с привидениями, находящиеся в разных уголках Москвы. В первом случае невыносимую обстановку создала свихнувшаяся старушка, не один год державшая в холодильнике труп своего престарелого мужа.

— Их сын уехал на 4 года в загранкомандировку, — сообщил мне психотерапевт Игорь Разыграев. — Спустя некоторое время старичок отец скончался. Его жена никому об этом не сказала, взяла да и запихнула бедолагу в отдельный морозильник. Не так давно она умерла сама, труп ее стал разлагаться, и соседи почувствовали запах. Все вскрылось, стариков похоронили, а теперь вернувшийся сын не может нормально жить в квартире: что-то на него постоянно давит, начались проблемы со здоровьем...

То, что в квартире действительно гнетущая атмосфера, сразу стало ясно даже мне: было душно, давило на виски и грудь, хотелось как можно скорее покинуть помещение.

— Приходится снимать квартиру в соседнем доме, — пояснил нам изможденный 45-летний мужчина. — Хотел продать или поменять — не получается. Придут люди, побудут чуть-чуть и уходят: го-

«простреливают» всю квартиру. Наши охотники начинают «чистить» жилище. Шаманские ритуалы гармонично переплетаются с европейской магией, ритмичный стук бубна сливается с заунывными напевами заклинаний. Завершает очищение особая церемония «выжигания» при помощи горящего факела.

Вот наконец-то все позади. Призраки покинули квартиру, издав напоследок жутковатый свист и обдув помещение своеобразным

его не задержали милиционеры. Сейчас он в тюрьме, а квартиру девушка продала. Вот тут-то и начались наши мучения. Кстати, несколько раз, засылая, мы видели возле своей кровати человеческий силуэт, вроде бы женский, но стоило только включить свет — и призрак мгновенно исчезал...

— Все верно. Злодейское убийство, а также то, что тело жертвы несколько дней находилось в доме, и породило действующий сейчас фантом, — говорит Дмитрий. — Видно, душа убиен-

НАСЛЕДИЕ МАНЬЯКА И ПРОЩАЛЬНЫЙ «ПОДАРОК»

На сей раз обе заявки были в ближнее Подмосковье. По дороге зазвонил мобильный телефон Игоря. Мужчина, мать которого держала мертвого супруга в холодильнике, восторженно сообщал, что у него дома тишь да благодать и он думает окончательно перебраться в очищенную квартиру. Ну а нам предстояло посетить дом, в котором свел счеты с жизнью маньяк.

слышны скрипы и топот, а иногда в темноте возникает фигура неизвестного мужчины. Несколько раз он даже пытался душировать хозяйку, наваливаясь на них, когда они спали.

— Конечно же, привидение не материализуется, оно всего лишь воздействует на мозг человека, — пояснил мне Игорь. — Возникает нечто вроде галлюцинации, и человеку кажется, что он ясно видит призрака и тот что-либо с ним делает. Особенно легко фантомам влиять на спящих людей.

На наш вопрос, не осталось ли каких-нибудь вещей от неугомонного покойника, хозяева ответили отрицательно. На первом этаже мы действительно практически ничего не нашли, за исключением фонившей негативной энергией старой заржавленной булавки, завалявшейся между половиц. Зато на чердаке нам удалось обнаружить кое-какую старую одежду и дырявый башмак, которые жильцы признали чужими, а также полуставший лифчик, возможно, принадлежавший одной из жертв маньяка. Все это было немедленно сожжено во дворе, после чего охотники приступили к очистительному обряду.

Снова заклинания, пассы, стук бубна. С огнем же приходилось обращаться предельно осторожно, дабы не подпалить ненароком деревянное строение. По окончании обряда охотники заложили в нескольких местах в доме особые кристаллы, которые будут служить дополнительным заслоном от всякой нечисти. Теперь связь злобного фантома с миром живых разорвана, и ему ничего не останется, как исчезнуть во мраке преисподней...

Последним местом, которое мы посетили, был особняк нового русского возле Красногорска. Дачу бизнесмен Вадим выстроил огромную — 700 кв. м, только в последнее время ничего, кроме огорчений, она ему не приносила. В московской квартире он чувствует себя нормально, а стоит приехать на «фаенду», где, казалось бы, тишь да благодать, и ему становится плохо. Давление скачет, голова трещит, словно с похмелья, сердечко шалит. Несколько раз привозил к себе друзей — и все, как ни странно, каждый раз уезжали в довольно болезненном состоянии, словно и не отдыхали, а на вредном производстве выкалывали.



ОХОТНИКИ

ЗА ПРИВИДИЯМИ

Хотя в романах и фильмах ужасов привидения зачастую выступают как живые, материальные существа, в реальности эти бестелесные создания так же невидимы, как воздух. Но порой призраки могут довольно

на никому об этом не сказала, взяла да и запихнула бедолагу в отдельный морозильник. Не так давно она умерла сама, труп ее стал разлагаться, и соседи почувствовали запах. Все вскрылось, стариков похоронили, а теперь вернувшийся сын не может нормально жить в квартире: что-то на него постоянно давит, начались проблемы со здоровьем...

То, что в квартире действительно гнетущая атмосфера, сразу стало ясно даже мне было душно, давило на виски и грудь, хотелось как можно скорее покинуть помещение.

— Приходится снимать квартиру в соседнем доме, — пояснил нам изможденный 45-летний мужчина. Хотел продать или поменять — не получается. Придут люди, побудут чуть-чуть и уходят: го-

ОХОТНИКИ ЗА ПРИВИДЕНИЯМИ

ворят, им это не подходит. Уж и не знаю, что делать...

Как известно, после смерти от покойного остается своеобразная биоэнергетическая оболочка, или, как ее называют верующие, душа. Если усопшего сразу не похоронить, естественно, соблюдая при этом общепринятые каноны погребения, фантом может надолго задержаться в местах своего прежнего обитания. Порой он становится тем же привидением, словно барабашка или домовой, роняет вещи и вообще по-всякому безобразничает, правда безобидно, но иногда заблудшая душа начинает тянуть из живых жизненную энергию, замещая ее губительной отрицательной. Случай со стариком и старухой — именно этот, самый худший, вариант, причем сразу с двумя фантомами.

...Обследовав «нехорошую» квартиру, Игорь и Дмитрий определили очаги отрицательного излучения. Один находился на кухне в пустующем углу, другой — в центре спальни. Удивленный сын подтвердил мои догадки:

— Действительно, вон там стоял холодильник с телом отца, его потом выбросили, а в спальне на кровати скончалась мать — ее смертный одр мы тоже выкинули.

В коридоре и других комнатах также отмечено губительное воздействие призраков: фантомы

ураганчиком, разметающим мелкие предметы на столах и полках и вздыбившим занавески. Посидев еще с полчаса в «нехорошей» квартире и попив чайку вместе с хозяином, мы не ощутили никаких гнетущих потусторонних воздействий. Отправляемся дальше.

...Квартира в районе Садового кольца оказалась чуть поспокойней, несмотря на то, что около года назад в ней произошло зверское убийство.

— Мы купили ее в конце прошлого года, — рассказывает хозяйка, Елена Андреевна, — и очень скоро об этом пожалели: то у меня, то у мужа вдруг начала буквально раскалываться голова, иногда предметы передвигаются, посуды ни с того ни с сего бьется...

— А может, у вас где-нибудь в стене имеется источник радиации или квартира расположена на месте тектонического разлома, в геопатогенной зоне?

— Поначалу мы тоже так думали. Все проверили, но наши подозрения не подтвердились, зато узнали страшную правду о бывших хозяевах. Здесь жила семья — мать, отец и дочь. Папаша сильно выпивал, и последние годы уже взрослая дочь жила у бабушки. Однажды отец напился, поругался с женой и убил ее кухонным ножом, потом ушел из дома и продолжал пьянствовать еще несколько дней, пока

ной пока не нашла достойного приюта. Кстати, таким же образом возникают и многие барабашки-полтергейсты.

Процедура успокоения мятежной души напоминала действие, виденное мною ранее. Вначале дух заволновался, и со стола упали стакан и две чашки, разбившиеся вдребезги. Больше ничего «потустороннего» замечено не было...

Прибыв под вечер в третью квартиру, на улице Борисовские Пруды, мы сразу поняли, что вызов ложный. Заказчик оказался обыкновенным шизофреником, к тому же жутким пропойцей. Его донимали зловредные гномы, хозяйничавшие в жилище во время то ли шизоидных, то ли алкогольных галлюцинаций. Пока Дмитрий для отвода глаз стучал в бубен да махал руками, Игорь провел с клиентом гипнотический сеанс, более-менее стабилизировав его психическое состояние.

— Жаль только, что это ненадолго, — сказал Игорь, когда мы возвращались домой. — Скоро он опять начнет пьянствовать и все вернется на круги своя. Вот если бы над ним поработать основательно, психику подлечить и от пьянства закодировать — совсем другим человеком бы стал, но не хочет ведь, а принуждать его никто не собирается...

Хотя в романах и фильмах ужасов привидения зачастую выступают как живые, материальные существа, в реальности эти бестелесные создания так же невидимы, как воздух. Но порой призраки могут довольно бесцеремонно вмешиваться в жизнь людей, и тогда жертвам духов приходится обращаться за помощью к специалистам.

...Купив старое строение в «деревенской» части города Пушкино, молодая семья спустя несколько месяцев узнала от соседей о злой тайне их жилища. Во второй половине 90-х гг. в северо-восточной части Подмосковья объявился маньяк, насильничавший и убивавший женщин. Сначала все усилия милиции были тщетными, видимо, насильник затаился, однако круг подозреваемых постепенно сужался, злодея вот-вот могли повязать. И вдруг на чердаке частного дома обнаружили труп его 38-летнего хозяина, проживавшего в одиночестве. Впоследствии выяснилось, что он и являлся тем самым разыскиваемым маньяком. Признаком насильственной смерти отмечено не было, решили, что это самоубийство. Возможно, насильник действительно сам наложил на себя руки, осознав гнусность своих деяний, но нельзя исключать и убийства — родственники какой-нибудь из жертв могли вычислить изверга и расправиться с ним. Так или иначе, но дом даже после того, как его дважды перепродали, не очистился от поселившегося в нем зловещего фантома.

Зайдя в деревянное строение, мы разговорились с его новыми хозяевами. Выяснилось, что, помимо различных недомоганий, которые они время от времени испытывают, по ночам на чердаке

зловещего фантома с миром живых разорвана, и ему ничего не остается, как исчезнуть во мраке преисподней...

Последним местом, которое мы посетили, был особняк нового русского возле Красногорска. Дачу бизнесмен Вадим выстроил огромную — 700 кв. м, только в последнее время ничего, кроме огорчений, она ему не приносит. В mansion, она ему не приносит, вует себя нормально, а стоит приехать на «фазенду», где, казалось бы, тишь да благодать, и ему становится плохо. Давление скачет, голова трещит, словно с похмелья, сердечко шалит. Несколько раз привозил к себе друзей — и все как ни странно, каждый раз уезжали в довольно болезненном состоянии, словно и не отдыхали, а на вредном производстве вкалывали.

Оказалось, Вадим раньше встречался с женщиной, которая обладала особой энергетикой — могла головную боль унять или, наоборот, так глянуть, что нехорошо становилось. Однако отношения не сложились, и она была вынуждена уйти. Вероятно, в сердцах дама могла оставить после себя множество, на первый взгляд, мелочей, заряженных на своеобразную порчу.

Обыск в огромном доме бизнесмена длился до позднего вечера. Если бы не рамки и не особый дар охотников чувствовать негативное излучение, можно было бы возиться не один день, причем не найдя и половины прощальных «подарков» злопамятной любовницы. Чего там только не было — и локоны ее волос, спрятанные в кровати и шкафах, и множество иголок, натканных в креслах, диванах и перед входом, и всевозможные предметы женской одежды... Хозяин только руками разводил, удивляясь обилию оставленных «сюрпризов». Набрав целую кучу подобного добра, мы отнесли его в ближайший лесок и сожгли. Затем последовал все тот же очистительный ритуал...

Поскольку возвращаться домой было уже поздно, остались ночевать на «порченной» даче. Бизнесмен закатил пирушку в честь успешного завершения «операции» и избавления его от наследия экс-приятельницы. Наутро мы уезжали в прекрасном настроении, несмотря на вчерашний сабантуй, голова ни у кого не болела.

— Ну вы, блин, молодцы! — сказал на прощание Вадим, почесывая «тыковку». — Круто поработали!

Алексей ЗАГОРЯНСКИЙ

С давних пор манит к себе людей загадочная горная страна Тибет. Монастыри, где постигаются тайные науки, магии, обладающие умением творить чудеса и исцелять неизлечимые болезни... Говорят, именно в тех местах находится легендарная Шамбала. Так что же это: мифы или реальность?

Одна из тайн Тибета — его каменно-зеркальные горы-пирамиды. Особенно часто внимание исследователей привлекает пирамидальный комплекс Кайлас. Местное население верит, что он обладает волшебной силой. Иногда в небе над горой наблюдается странное свечение, состоящее из красных, белых и синих полос, смыкающихся между собой. Ламы говорят, что это проявление силы Кайласа.

В районе, примыкающем к Кайласу, нередко встречаются и другие аномалии. Например, здесь регулярно появляются круги диаметром от 5 до 500 м, внутри которых трава вырастает необыкновенно высокой. Тут же расположены два больших озера. Одно из них, Манасаровар, считается священным. Оно почти всегда спокойно. Второе, Ракшас, «озеро Демона», имеет дурную славу. На нем, наоборот, постоянный шторм. Поверье гласит, что испивший из Ракшаса может умереть. Химический анализ показал, что состав воды в этих озерах, находящихся всего в 5 км друг от друга, существенно различается.

С чем же связаны необычные свойства этой зоны? Кто выпесал из камня пирамиды? Профессор Эрнест Мулдашев убежден, что на территории Тибета когда-то располагался древний город Вавилон. По словам ученого, во время экспедиции в отроги Тибета лама, исповедующий религию бонпо, показал ему древние тексты с описанием Вавилона. Этот город у подножия священной горы Кайлас был столицей царства Шангжанг. Его населяли йоги-великаны, способ-

ные подчинять себе тантрическую силу Кайласа.

Лама поведал, что на Земле существовали два Вавилона — один из них в Месопотамии (территория современного Ирака). Столица Шангжанга тоже упоминается в древних источниках под названием Вавилон. Правда, впоследствии ее стали именовать Тунь-Лонг-Вали. Оба Вавилона поддерживали между собой тесную связь и имели много общих черт. Не исключено, что их строили представители одной цивилизации, возможно, жители погибшей Атлантиды, которых в Месопотамии назы-

вали шумерами. Кстати, по преданию, во время Всемирного потопа часть атлантов укрылась на Тибете — одном из сакральных мест Земли...

Тибетский Вавилон пришел в упадок в VII—VIII вв. н. э. Его руины погребены под слоем песка...

Но если там действительно когда-то жили атланты, то почему бы не предположить, что они оставили в наследство своим потомкам сокровища тайных знаний? Люди, которые бывали в тибетских монастырях, рассказывают об удивительных вещах, которых нет больше нигде в мире.

Так, шведский врач по фамилии Ярл в 1939 г. приехал в Тибет по приглашению своего бывшего университетского товарища. Однажды приятель Ярла, прогуливаясь с ним в окрестностях монастыря, показал ему отлогую лужайку, окруженную с севера высокими стенами строящегося храма. В одной из каменных стен виднелось отверстие, выглядевшее как проход внутрь стены. К нему примыкала площадка для строителей, причем попасть туда можно было только с вершины стены. Обычно монахи спускались сюда при помощи специального оборудования.

Посреди лужайки располагался каменный полированный блок с выемкой в центре. В борозду был вставлен рог яка. В радиусе примерно 60 м от камня стояли 19 музыкальных инструментов — 13 барабанов и 6 труб. Позади каждого выстроился ряд монахов.

Монахи заиграли и запели молитву, постепенно увеличивая темп. В течение первых четырех минут ничего не происходило, а потом, когда звук стал очень громким, каменный блок вдруг сам собой сорвался с места и взмыл в воздух. Набирая скорость, он полетел по направлению к площадке перед отверстием в стене. Три минуты спустя камень поднялся на высоту 250 м и приземлился на площадке...

На лужайку доставляли все новые и новые блоки. За час монахам с помощью игры и пения удавалось поднять на площадку 5–6 каменных плит. Полеты проходили по параболической траектории, длина маршрута составляла приблизительно 500 м. Время от времени камни разбивались, и тогда монахи тем же путем сбрасывали их назад.

Ярл был так поражен увиденным, что сначала принял это за массовую галлюцинацию. Лишь когда он заснял феномен на пленку, убедился: чудеса происходили на самом деле!

Шведские исследователи Олаф Александерсон и Генри Кьельсон считают, что левитация камней — вовсе не результат религиозных медитаций группы священнослужителей. Ее секрет кроется в особом сочетании определенных факторов — формы и размера плиты и музыкальных инструментов, их взаимного расположения в пространстве, особенностей настройки, тембра и ритма голосов поющих. Звуковые вибрации создают антигравитационный эффект в центре фокуса и на том отрезке круга, по которому должны двигаться камни. Ученым даже удалось доказать это, правда лишь теоретически...

Так вот как, оказывается, древние строители пирамид поднимали каменные блоки на огромную высоту! А может, магии не существует и все чудеса подчиняются законам природы, неведомым для нас, но хорошо известным тибетским мудрецам, потомкам атлантов?

Ирина ШЛИОНСКАЯ

ДЫРКИ В ГОЛОВЕ —

Исследователи феномена полтергейста пришли к весьма занятным

дело рук какого-нибудь шутника, но так никого и не изловил.

нений. Когда она уволилась, таинственные явления прекратились.

шихся всего в 5 км друг от друга, существенно различается.

С чем же связаны необычные свойства этой зоны? Кто вытесал из камня пирамиды? Профессор Эрнест Мулдашев убежден, что на территории Тибета когда-то располагался древний город Вавилон. По словам ученого, во время экспедиции в отроги Тибета лама, исследовавший религию буддизма, обнаружил ему древние тексты с описанием Вавилона. Этот город у подножия священной горы Кайлас был столицей царства Шанганг. Его населяли йоги-великаны, способ-

ные подчинять себе тантрическую силу Кайласа.

Лама поведал, что на Земле существовали два Вавилона — один из них в Месопотамии (территория современного Ирака). Столица Шанганга тоже упоминается в древних источниках под названием Вавилон. Правда, впоследствии ее стали именовать Туль-Лонг-Вали. Оба Вавилона были связаны между собой тесную связь и имели много общих черт. Не исключено, что их строили представители одной цивилизации, возможно, жители погибшей Атлантиды, которых в Месопотамии назы-

вали иллирами. Кстати, по преданию, во время Всемирного потопа часть атлантов укрывалась на Тибете.

Тибетский Вавилон пришел в упадок в VII-VIII вв. н. э. Его руины погребены под слоем песка...

Но если там действительно когда-то жили атланты, то почему бы не предположить, что они оставили в наследство своим потомкам сокровища тайных знаний? Люди, которые бывали в тибетских монастырях, рассказывают об удивительных вещах, которых нет больше нигде в мире.

Так, в 1929 году французский исследователь Жюль-Эдмон Ренуар во время своей экспедиции в Тибет по пути из Лхасы в Лхаса обнаружил в горах, недалеко от Лхасы, руины древнего города. Он назвал его «Город мертвых». Ренуар обнаружил в этом городе много интересных вещей, в том числе и статуи. Он также обнаружил в этом городе много интересных вещей, в том числе и статуи. Он также обнаружил в этом городе много интересных вещей, в том числе и статуи.

тисмы и ритма голосов поющих. Звучащие вибрации создают антигравитационный эффект в центре фокуса и на том отрезке круга, по которому должны двигаться камни. Ученым даже удалось доказать это, правда лишь теоретически.

Так вот как, оказывается, древние строители пирамид поднимали каменные блоки на огромную высоту! А может, камня не существует и все «каменные пирамиды» — это просто иллюзия? Или же это действительно пирамиды, но их строили не атланты?

Ирина ШЛИОНСКАЯ

ДЫРКИ В ГОЛОВЕ — ЗАЛОГ ЗДОРОВЬЯ?

У индейцев майя существовал странный обычай — новорожденным деформировали головы, зажимая их между двух дощечек. Зачем они это делали? На ум сразу приходят компрачикосы из романа Гюго «Человек, который смеется». Но майя отнюдь не стремились превращать своих детей в уродцев, просто в результате деформации в черепной коробке появлялись щели и дыры, спасавшие индейцев от повышения внутричерепного давления. Дети с «дырявыми» головами росли здоровыми и сильными.

А как же справляется с гипертонией современная медицина? Оказывается, древние технологии отчасти используются и в наши дни: в кости черепа больного высверливается отверстие и закрывается сверху золотой пластиной, призванной предохранять мозг от повреждений. Давление заметно снижается.

Не случайно возникла и традиция прокалывать уши и надевать серьги. Считается, что, если проколоть ушные мочки в определенных местах, зрение у близоруких может стать лучше. Однако специалисты по прокалыванию ушей, как правило, избегают этих точек — в случае неумелой операции пациенту грозит частичная потеря зрения. А вот на Древнем Востоке знающие люди не только виртуозно проделыва-

ли отверстие в центре мочки, но еще и расширяли его, чтобы можно было вставлять туда металлические диски или каменные затычки для ушей.

Дело в том, что ушная раковина по форме напоминает человеческий эмбрион. Ученые полагают, что это совпадение неслучайное. Как известно, жизнь на Земле зародилась в океане, а ухо первоначально сформировалось из жаберной щели — органа, от которого зависели жизненно важные функции организма наших прародителей — морских животных. Таким образом ушной аппарат оказался тесно связан с центральной нервной системой. Как следствие — воздействия на те или иные точки уха немедленно отзываются на соответствующем органе. Например, если человек теряет сознание, рекомендуется растереть ему уши...

На мочке уха расположены акупунктурные точки, имеющие отношение к области головы: рту, глазам, миндалинам. Поэтому тяжелые серьги и подвески наших предков, оттягивая мочки, играли роль своеобразных массажеров, предупреждая болезни зубов, горла, ушей и глаз. Согласно статистике, женщины живут гораздо дольше мужчин. Может, благодаря тому, что носят серьги?

Маргарита ТРОИЦЫНА

Исследователи феномена полтергейста пришли к весьма занятному выводу. Оказывается, пресловутые барабашки предпочитают общество детей и молодых людей и менее охотно заявляют о себе, если «зрительская аудитория» состоит из человеческих существ зрелого возраста. Такое наблюдение удалось сделать в ноябре 1967 г., когда немецкий юрист, герр Адам, практиковавший в баварском городке Розенхайм, пережил несколько пугающих и весьма неприятных событий, и поныне не получивших какого-либо толкового объяснения.

Герр Адам был почетным бюргером, ни мистика, ни магия его никогда не интересовали. И вот как-то вечером в его кабинете вдруг начали лопаться электрические лампочки, падать абажуры, беспричинно звонить телефоны.

Напуганный законник, однако, не растерялся и тотчас вызвал электриков, которые измерили напряжение в сети. Порой оно скакало так, что стрелки приборов зашкаливали, но при этом в доме почему-то не перегорела ни одна пробка. Озадаченный герр Адам обратился к профессору Хансу Бендеру — знатоку парапсихологии и большому доке по части телепатии, ясновидения и сверхчувственного восприятия. Бендер умело расставил в доме различные ловушки — на тот случай, если вдруг окажется, что все случившееся —

дело рук какого-нибудь шутника, но так никого и не изловил.

Опросив всех очевидцев, профессор заключил, что наблюдаемые явления могут быть связаны с полтергейстом, и обратил внимание на милостивую помощницу герра Адама — 19-летнюю девушку по имени Анна-Мария. Проверка



даты показала, что загадочные явления начались приблизительно тогда же, когда Анна-Мария устроилась на работу к герру Адаму. Во время ее отпуска все странности прекратились, а по возвращении — возобновились. Узнав об этом, герр Адам заявил девушке: «Ну вот, теперь осталось дожидаться, когда картины начнут ползать по стенам!» И в тот же миг фотографии на стене принялись раскачиваться!

Врачи не обнаружили у Анны-Марии никаких психических откло-

нений. Когда она уволилась, таинственные явления прекратились.

Другой занятный случай полтергейста произошел в феврале 1958 г. в доме некоего Джеймса Херманна в Сифорде (штат Нью-Йорк). У этого человека было двое детей — дочь 13 лет и сын 12 лет. Чертовщина началась, когда со стоявшей в спальне бутылки со свя-

той водой слетела крышка и содержимое вылилось на пол. В ванной пролился шампунь, хранившийся во флаконе с точно такой же крышкой. В кухне и погребе все емкости, имевшие крышки с резьбой, тоже оказались пустыми.

3 февраля в ванной Херманн наблюдал, как флакон с лекарством проехал почти полметра по горизонтальной полке и рухнул в раковину, разбившись вдребезги.

Хозяин вызвал полицию. Когда все собрались в гостиной, вдруг начался

странный фейерверк: со всех бутылок и пузырьков с громкими хлопками полетели крышки. Ошарашенный офицер написал рапорт, к делу подключились следователи.

В конце концов семейству Херманнов осточертели барабашки, и они уехали жить к родственникам. Явления тотчас прекратились. Но как только хозяева вернулись, дом приветствовал их, подбросив вверх стеклянную вазу...

Андрей ШАРОВ

УЛЫБНИТЕСЬ

ШПИОН



Василий Семенович не верил ни в каких пришельцев, так как считал, что у Господа Бога не было резона понатыкивать себе подобных по всем планетам. Тем более что эксперимент даже на Земле не удался: за какое благое дело люди ни возьмутся, все злом оборачивается. Как сказал классик: «Хотели как лучше, а получилось как всегда». А вот в «летающие тарелки» Василий Семенович верил, только никак не мог понять, кто их создал: ЦРУ в Америке или ФСБ в России?

Обо всем этом Василий Семенович любил поразмышлять, бродя по лесу в поисках грибов. Год назад, уйдя на пенсию, Семенович, как звали его сослуживцы, сразу же занялся грибным бизнесом, что приносило неплохой доход: иногда до двух бутылок в день. Месяц назад пенсионер даже позволил себе крупную покупку: приобрел на базаре почти новые резиновые сапоги. Но в этот осенний день его беспокоил в самом прямом смысле

ле слова. Только когда уже основательно стемнело, Семенович понял, что ходит по кругу под непрерывно моросящим дождиком. Это его не особенно расстроило, так как дома вдовца никто не ждал. Он решил заночевать в лесу, а утром спокойно выйти к автобусной остановке. На краю большой лесной поляны выбрал разлапистую елку, достал бутылочку водки, нехитрую снедь, с аппетитом поужинал и, положив под голову рюкзака, задремал под шорох дождя.

Проснулся внезапно от яркого света и сквозь елочную хвою увидел, что на поляну приземлилась «летающая тарелка». Из нее вышли двое: один повыше, метра полтора ростом, второй пониже. Семенович быстро собрал пожитки и направился к ним.

— Мужики! Вы сверху не видели, в какой стороне деревня?

Космонавты молчали. Поскольку поляна была по-прежнему ярко освещена, Семенович хорошо разглядел их лица. И как-то не понравился ему эти физиономии: не то

чтобы бандитские, но и на человеческие мало похожи. Но Семенович решил, что таких, видимо, специально в шпионы отбирают.

— Чего молчите? — продолжил он. — Я вас русским языком спрашиваю, как к деревне пройти?

И хотя те снова не произнесли ни слова, Семенович вдруг услышал, как они говорят между собой.

— Нам повезло, — сказал высокий, — опытный образец сам на нас вышел. Вошьем ему передатчик и вернемся домой. Чего здесь болтаться? А информацию с него пусть в центре считывают, все равно им там делать больше нечего.

Тут Семенович не выдержал и встал в разговор:

— Я вам не предатель какой, — возмутился он, — чтобы информацию о Родине задарма продавать!

Но те сделали вид, что намека не поняли, и даже не спросили: «А если не задарма, то почему?» Это Семеновича покорило, и он сказал:

— Вот и ищите себе бесплатно прикурку среди ученых, а я всю жизнь точилом проработал.

— Что такое «точило»? — спросил высокий.

— Вы что, с Луны свалились?! Любой пацан вам скажет, что так токарей кличут!

— Что означает «токарь»? — обратился высокий к маленькому.

— Токарь — это биологический придаток к станку.

— Ты нас не понял, — повернулся высокий к Семеновичу. — Мы будем читать твои мысли, чтобы быть в курсе ваших дел.

— Тогда вам не я, а президент нужен. Вот ему и вшивайте свой передатчик, если такие ловкие!

— Кто такой «президент»?

И опять ответил маленький:

— Это самый главный в стране, но владеет только той информацией, о которой ему докладывают.

— Такой нам не подходит, — резюмировал высокий.

Что было дальше, Семенович помнит плохо, но точно знает, что лежал на операционном столе внутри «тарелки» и у него даже не было сил плюнуть в

поганые рожи, склонившиеся над ним. Очнувшись он на скамеечке у автобусной остановки возле деревни и на последнем автобусе доехал до железнодорожной станции, где купил бутылку водки, так как понял, что без пол-литра здесь не разберешься. Дома, не торопясь, нажарил целую сковороду белых грибов, выпил стакан водки, смачно крякнул, закусил шкворчащими грибочками и только после этого принялся рассуждать:

— ФСБ отпадает сразу: в собственной стране у них и без меня шпионов хватает. Цэрэушникам я тоже не нужен — не тот объект. Ясно, с Луны свалились! Но точно как люди — все задарма хотят, вшили что-то и даже ничего не заплатили!

И Семенович решил за такую наглость отплатить тем же. Утром позвонил куда надо, и уже через пятнадцать минут за ним прибыл лимузин с двумя товарищами в штатском, которые увезли его в неизвестном направлении. Как оказалось, в специальный медицинский институт, где Семеновича просветили буквально со всех сторон, но передатчика не обнаружили. Только на третьем ребре было замечено непонятное утолщение. Выяснилось: ребята из ФСБ тоже не верят в пришельцев и считают, что это происки ЦРУ и Семеновича выбрали специально, чтобы нашу разведку запутать. Поэтому они решили организовать игру: подкидывать ЦРУ ложную информацию. Но тут встал вопрос: на какие деньги содержать все это время Семеновича, чтобы он, не дай Бог, не оконурился на свою пенсию еще до окончания игры? В бюджете страны расходной статьи на его содержание предусмотрено не было, пришлось вынести этот вопрос на закрытое заседание Думы. Но ни аграрии, ни военные уменьшать свой бюджет не хотели, наконец после долгих дебатов один депутат-патриот заявил:

— Ради такого святого дела я готов пожертвовать одну свою месячную зарплату. Я тут прикинул, этого как раз хватит, чтобы ваш объект получал дополнительно еще одну пенсию в течение двух лет!

Депутаты встретили заявление аплодисментами, хотя и посчитали товарища ненормальным: зачем отдавать собственные деньги, если для этого есть государственные?

Игра началась, и Семеновичу тут же подготовили список, согласно которому он имел право думать. Семенович оказался прирожденным шпионом, и уже через месяц в его голове не осталось практически ни одной собственной мысли! Зато теперь он думал о тоннеле из Каспийского моря в Атлантический океан прямо к берегам Америки, о базе оперативных подводных лодок, расположенной в космосе, о том, что эти лодки, как ракеты, будут пронзать атмосферу и бороздить воды Тихого океана, и еще много о чем. Вскоре Семенович втянулся в игру, и ему самому захотелось придумать что-нибудь такое же очевидное-невероятное. Но едва он заикнулся об этом, тут же пригрозили снять с дополнительного довольствия, и Семенович с еще большим рвением начал гнать собственные мысли, которые хоть и редко, но все же пытались возникнуть. Так продолжалось почти два года, и только пару дней назад Семенович не выдержал и, распивая бутылочку со своим соседом, тоже пенсионером, признался, что передатчик пришельцы вытащили из него еще полтора года назад. Както среди ночи неосвещенный НЛО завис под окном Семеновича, инопланетяне взяли его, тепленького, прямо из постели и кинули на операционный стол в своей «тарелке». При этом Семенович слышал собственными извилинами, как они страшно чертыхались, потому что полгода он нес в своих мыслях такую чушь, в которую даже пришельцы не могли поверить! И хотя прошло уже полтора года, Семенович об этом помалкивает и продолжает получать удвоенную пенсию. Зато теперь на всей Земле один он точно знает, что «летающие тарелки» существуют, но придумали их не цэрэушники и не фэзбэшники, а те самые мужики, которые с Луны свалились!

Николай КУЗНЕЦОВ

Бомж решил покончить с собой. Зашел в туалет,

ПРЕКРАТИ

Шелест, так как они-
тал, что у Господа Бога
не было резона понатыкать себе
подобных по всем планетам. Тем
более что эксперимент даже на
Земле не удался: за какое благое
дело люди ни возьмутся, все злом
оборачивается. Как сказал клас-
сик: «Хотели как лучше, а получи-
лось как всегда». А вот в «летаю-
щие тарелки» Василий Семенович
верил, только никак не мог понять,
кто их создал: ЦРУ в Америке или
ФСБ в России?

Вот и тогда Василий Се-
менович любил поразмышлять, бродя
по лесу в поисках грибов. Год на-
зад, уйдя на пенсию, Семенович, как
звали его сослуживцы, сразу же
занялся грибным бизнесом, что
приносило неплохой доход: иногда
до двух бутылок в день. Месяц на-
зад пенсионер даже позволил себе
крупную покупку: приобрел на ба-
рахолке почти новые резиновые
сапоги. Но в этот осенний день его
бес попутал в самом прямом смыс-

что ходит по кругу под непрерыв-
но моросящим дождиком. Это его
не особенно расстроило, так как
дома вдовца никто не ждал. Он ре-
шил заночевать в лесу, а утром
спокойно выйти к автобусной оста-
новке. На краю большой лесной
поляны выбрал разлапистую елку,
достал бутылочку водки, нехитрую
снесь, с аппетитом поужинал и, по-
ложив под голову рюкзак, задре-
мал под шорох дождя.

Проснулся внезапно от яркого
света и сквозь елочную хвою уви-
дел, что на поляну приземлилась
«летающая тарелка». Из нее вышли
двое: один повыше, метра полтора
ростом, второй пониже. Семенович
быстренько собрал пожитки и на-
правился к ним.

— Мужики! Вы сверху не видели,
в какой стороне деревня?

Космонавты молчали. Поскольку
поляна была по-прежнему ярко ос-
вещена, Семенович хорошо разгля-
дел их лица. И как-то не понрави-
лись ему эти физиономии: не то

Вы что, Луны свалились?!
Любой пацан вам скажет, что так
токарей кличут!
— Что означает «токарь»? — об-
ратился высокий к маленькому.
— Токарь — это биологический
придаток к станку.
— Ты нас не понял, — повернул-
ся высокий к Семеновичу. — Мы бу-
дем читать твои мысли, чтобы быть
в курсе ваших дел.

— Тогда вам не я, а президент
нужен. Вот ему и вшивайте свой
передатчик, если такие ловкие!

— Кто такой «президент»?

И опять ответил маленький:
— Это самый главный в стране,
но владеет только той информаци-
ей, о которой ему докладывают.

— Такой нам не подходит, — ре-
зюмировал высокий.

Что было дальше, Семенович по-
мнит плохо, но точно знает, что ле-
жал на операционном столе вну-
три «тарелки» и у него даже
не было сил плюнуть в

ли. Только на тр...
замечено непонятное утолщение.
Выяснилось: ребята из ФСБ тоже
не верят в пришельцев и считают,
что это происки ЦРУ и Семеновича
выбрали специально, чтобы нашу
разведку запутать. Поэтому они
решили организовать игру: подки-
дывать ЦРУ ложную информацию.
Но тут встал вопрос: на какие
деньги содержать все это время
Семеновича, чтобы он, не дай Бог,
не ослепнул на свою пенсию
еще до окончания игры? В бюд-
жете страны расходной статьи на
его содержание предусмотрено
не было, пришлось вынести этот
вопрос на закрытое заседание
Думы. Но ни аграрии, ни военные
уменьшать свой бюджет не хоте-
ли, наконец после долгих деба-
тов один депутат-патриот заявил:

то среди ночи неосвещенный НЛО
завис под окном Семеновича, ино-
планетяне взяли его, тепленького,
прямо из постели и кинули на опе-
рационный стол в своей «тарелке».
При этом Семенович слышал собст-
венными извилинами, как они
страшно чертыхались, потому что
полгода он нес в своих мыслях та-
кую чушь, в которую даже при-
шельцы не могли поверить! И да-
ше, прошло уже полтора года, Се-
менович об этом помалкивает и про-
должает получать удвоенную пен-
сию. Зато теперь на всей Земле
один он точно знает, что «летаю-
щие тарелки» существуют, но при-
думали их не цэрэушники и не фэ-
эсбэшники, а те самые мужики, ко-
торые с Луны свалились!

Николай КУЗНЕЦОВ



НЕУДАВШИЙСЯ КОНТАКТ

Пельце хлипенькое,
а голова большая.
Что характерно, ру-
ки трясутся. Я ему
говорю:

— Завязал бы ты с этим делом, с
твоим-то здоровьем!

Молчит, только глазами хлопает.
— Посмотри на себя, — говорю, —
лица на тебе нет, одна синь от пе-
ребору.

А он как воды в рот набрал — ни
слова. Вынимаю «Дымок», он цап
сигарету в рот, проглотил, как ма-
каронину, с присвистом. Очень я
удивился, предлагаю вторую, та же
история. Тут смекнул я: а разве бу-
дет наш человек сигареты глотать?
Нет, не будет! Беру его за рукав,
принюхиваюсь — не пахнет. «Ээ, —
думаю, — так и есть, видать, с ка-
кой-то планеты занесло родимого».

— По твоей руке читаю,
что ты должен в скором
времени жениться, — гово-
рит ворожея молодому челове-
ку. — Но на твоем пути стоит другая
женщина.
— Это не иначе, как моя жена.
Всюду она влезет...

Сидит чукча на дереве, рубит под собой
сук. Проходит человек:
— Упадешь ведь!
— Однако вряд ли!
Порубил, порубил и упал. Встал,
посмотрел вслед человеку:
— Шаман, однако!

Бомж решил покончить с
собой. Зашел в туалет,
взял веревку, встал на
унитаз, надел веревку на
шею. Вдруг видит — боль-
шой окуроч. Решил доку-
рить. Снова влез на уни-
таз, надел веревку. Вдруг
видит — на подоконнике
недопитая бутылка порт-
вейна. Снял веревку, до-
пил портвейн и думает: «А
чего это я? Жизнь вроде
налаживается!»



Известный путешественник расска-
зывает в гостях, как он целых десять
лет жил среди людоедов.
— Господи! — воскликнула хозяйка. —
А я-то приготовила для него баранину!

На вся-
кий случай
бумажник в зад-
ний карман переложил,
пиджак отряхнул.

— Битте, — говорю, — может быть,
вы эссен хотите, так у меня хозяйка
борщи готовит — блеск. Сам началь-
ник РЭУ тов. Синицын мне говорил:
жена у тебя, Вася, женщина что надо.

Он опять ни слова, только в ко-
ленках подрагивает. И так мне его
жалко стало: пропадает лягушонок
на чужой стороне, а чем ему по-
мочь, ума не приложу. Может, ду-
маю, от красного не откажется,
тем более по лицу видать — там, у
себя, не пренебрегал.

— Битте, — говорю, — тринкен зи,
пейте, не гнушайтесь.

Он стакан понюхал, скукожил-
ся, смотрю, зеленеть начал, ко-
ленки аж ходуном заходили. Я за
сигареты — он выхватил одну и в
рот, потом вторую тем же мака-
ром: не жуя, с присвистом во-
внутрь. После этого только отхо-
дить стал. А тут смотрю, жена с
сумками, я к ней.

— Клава, — говорю, — что-то де-
лать надо с бедолагой, сидит в ку-
стах, моргает, сам синий и руки
дрожат.

— У кого руки дрожат?! А ну дых-
ни! Марш домой!!!

— Клава, —
говорю, — успо-
койся, весь синий и си-
гареты ест.

А она уже разошлась, не оста-
новишь. И что только в ней тов.
Синицын нашел, понять не могу.

Утром-то я проснулся, выска-
чил на улицу и к кустам. Смотрю,
трава примята аккуратно там, где он
сидел, а самого нет. Я в карман
за сигаретами: точно, одна оста-
лась. Все внутри захолонуло. Эх,
Клава, Клава, бессердечная ты
женщина, брата по разуму прила-
скасть помешала. Теперь жди, ког-
да снова прилетит.

Вытащил последнюю и закурил.

Владимир КАПИАНИДЗ



«П

Зае
фанта
Август
приве
деска
шино
неве
ной
К
отеи
по Е
бил
ра.
вог
Он
па
вра
би
зак

пр
м
ва
ле
пс

в
с
ж
к
н

— Михаил Михайлович! Прошел слух, что вы оставили сцену и уехали в тибетский монастырь...

— В каждом слухе есть доля истины. Я действительно провел две недели в монастыре, но не в Тибете, а в Индии. Честно говоря, посещение Индии не входило в мои планы, и уж тем более я никак не предполагал, что когда-нибудь отъезжу на паломничество. Но так легла карта, чему я несказанно рад.

На юге Индии есть замечательный Город тысячи храмов — Канчипурам. Там находится резиденция наместника Всевышнего на Земле. То, что мне удалось встретиться с ним, я считаю величайшим счастьем.

— И каков же результат этой встречи? Это он научил вас астрологическим премудростям?

— Нет, обучал меня не он, но встреча с ним перевернула мое сознание, заставила посмотреть на мир другими глазами.

Мне бы очень хотелось еще раз побывать там, пообщаться с представителями восточных религий, поучиться мудрости древних народов. Кстати, прощаясь со святым, я спросил у него, как мне дальше идти по жизни. Он ответил: «2 М — музыка и медитация».

— И с этим наставлением вы вернулись в наш мир. Получается так жить?

— Я и так иду с песней по жизни, а вот с медитацией пока сложнее, но стараюсь. Серьезно занимаюсь теперь не только песенным творчеством, но и нумерологией, астрологией.

— Опираясь на полученные знания, не подскажете ли, что век грядущий нам готовит?

— Сейчас много говорят о наступающем благоденствии, которое несет эра Водолея. Это подтверждает и нумерология. 21 — самое лучшее кармическое число, символизирующее Вселенную, великое благоденствие, которое приходит после долгих трудов. Поэтому радостно и вдохновенно вступайте в третье тысячелетие. 21 век для каждого человека — это поиск своего пути ($2+1=3$ — ищи истинный путь). Используйте данный вам Богом талант, знания во благо себе и другим. Кстати, тот, кто родился 21-го, «попал в очко» и будет счастливым в личной жизни.

— Жаль, что я родилась 26-го... Фактически я родилась 26-го, но во всех до-

ЗВЕЗДИНСКОГО

Михаила Михайловича представлять не нужно.

Его глубоко лиричные, проникновенные песни знакомы не одному поколению. Но особую любовь к нему питают представительницы прекрасного пола

за песню «Очарована, околдована», и артист платит им взаимностью. Влюбляясь в красоту и нежность, наслаждаясь и черпая вдохновение, композитор создает чарующие песни,

от которых замирает душа и у 16-летней девушки, и у 70-летней старушки. По гороскопу он Рыба. Обладает высокоразвитым чувством интуиции, спиритуальным

подходом к жизни. Идеалист, ищет во всем гармонию, красоту и мир. Предпочитает одиночество и созерцание. Материальные ценности для него менее важны, нежели духовные.

Михаил Звездинский: «Найдите свое»

Михаил Звездинский: «Найдите свое»

Михаил Звездинский: «Найдите свое»

Михаил Звездинский: «Найдите свое»

Михаил Звездинский: «Найдите свое»

Михаил Звездинский: «Найдите свое»

Михаил Звездинский: «Найдите свое»

МИХАИЛ ЗВЕЗДИНСКИЙ:

«НАЙДИТЕ СВОЕ»

дарство Россия. Вибрация 19 означает победу и успех. Кстати, я думаю, не случайно у России вибрация 18 и в имени Путина тоже 18.

Ваше имя — это ключ к стремлениям и достижениям. Оно должно либо сливаться с числом дня рождения, либо стремиться к нему. Если имя человека сочетается с его характером — хорошо, если не сочетается — плохо. Недаром многие люди творческих профессий берут себе псевдоним. Не знаю, был ли знаком Ленин с нумерологией, но вибрация его имени означала победу и успех, у Сталина тоже все удачно, а вот Гитлер отмахнулся от предупреждения цифры 20 — не сотвори зла, сам погибнешь. Неудачно, если в написании имени сумма равна 29. В таком случае лучше его изменить. То же и по отношению к номеру телефона, машины и т. д.

— Хитрая наука. Значит, достаточно сменить имя, дату рождения, внести прочие коррективы — и вот оно, счастье? Неужели так легко и просто стать удачливым, здоровым, богатым?

— Знаю точно: если веришь, то свою ситуацию улучшишь, легче пойдешь по жизни. По сути, мы сами делаем себя счастливыми или несчастными.

Добавить себе счастья можно, нося свой цвет, камень, слушая свою мелодию. Вспомните мудрость предков, как раньше говорили: тоска зеленая, черная зависть, покраснел от стыда и т. д. Так что в нашей жизни все имеет определенный смысл. Если коротко, на примере простых чисел, то:

1 — число цели, добрый знак. В семье с таким человеком тепло и уютно. Лев — Солнце, цвета — желтый, оранжевый, камень — топаз;

2 — поддерживает равновесие, смешивая позитивные и негативные качества. Символ родительской любви. Хочешь преданную жену — ищи 2. Рак — Луна, серебряный, салатовый, жемчуг, лунный;

3 — объединяет талант и веселость и символизирует собой приспособляемость. Сама порядочность и честность. Очень доверчивы, найдут ответ на любой вопрос;

Стрелец — Юпитер, все цвета осени, камень — бирюза;

4 — означает устойчивость, прочность. Пророки, обладающие незаурядным умом, парадоксально жают эпоху, потому что...

пающим благоденствием, которое несет эра Водолея. Это подтверждает и нумерология. 21 — самое лучшее кармическое число, символизирующее Вселенную, великое благоденствие, которое приходит после долгих трудов. Поэтому радостно и вдохновенно вступайте в третье тысячелетие. 21 век для каждого человека — это поиск своего пути (2+1+3 — ищи истинный путь). Используйте данный вам Богом талант, знания во благо себе и другим. Кстати, тот, кто родился 21-го, «попал в очко» и будет счастлив в личной жизни.

— Жаль, что я родилась 27-го... Фактически я родилась 26-го, но во всех документах записано 27-е. Как это влияет на мою жизнь?

— Вам повезло, родители позаботились о том, чтобы по жизни вам сопутствовала счастливая вибрация числа 27. Древние трактуют его как вознаграждение за труды.

Действует именно то число, которое записано в паспорте. Если бы в паспорте стояло число 26, ваш путь был бы усеян больше шипами, нежели розами. Число 26 предупреждает — опасайся обмана, предательства. Прежде чем добиться успеха, люди с вибрацией 26 должны пройти через множество испытаний. Может, поэтому все «восьмерки» (2+6) — люди незаурядные, талантливые, с сильным характером, бойцовскими качествами. Очень часто многие «восьмерки» притягиваются друг к другу: вдвоем им легче преодолевать жизненные невзгоды. Неудачное для рождения число 29 — тяжелая кармическая нагрузка. Я бы посоветовал людям, рожденным в этот день, переписать себя на 30-е. Счастливые числа 19, 21, 23, 24. Число 24 означает любовь, деньги, музыку. Кстати, музыку, живопись, поэзию выбирают в качестве профессии и люди с цифрой 6. Например, я родился 6 марта, Жванецкий тоже 6, удивительная Алла Пугачева — 6 (она родилась 15 апреля, 1+5=6). Но у 15 еще одна особенность — это волшебная цифра, такие люди, как правило, обладают огромной силой и интуицией. Может, в этом секрет столь долгой звездной популярности певицы?

Число дня рождения раскрывает унаследованные черты характера человека, заключающиеся в его способности управлять обстоятельствами. Они являются скорее руководящими факторами, чем господствующими.

менее важны, нежели духовные.

МИХАИЛ ЗВЕЗДИНСКИЙ: «НАЙДИТЕ СВОЕ СЧАСТЛИВОЕ ЧИСЛО...»

— Сейчас все увлечены гороскопами, а вот о нумерологии мало что известно. Думаю, можно наряду с астрологическими прогнозами публиковать и цифровые.

— Я с вами согласен. Астрология и нумерология идут рядом. Каждый знак Зодиака и планета, управляющая им, тоже имеют определенную цифру. Если ваша цифра совпадает с вашим знаком Зодиака, это помогает бороться со стрессом, преодолевать трудности и недомогания. Нумерология — наука о цифрах, астрология — о планетах. И та, и другая подсказывают человеку, как избегать неприятностей. Цифра — это носитель информации, ведь не случайно аудио- и видеоносители перешли на цифровой ряд. Ныне человечеству как никогда ранее необходимо задуматься о духовности, которая, к сожалению, сейчас отступает на второй план. Говорят, Атлантида погибла именно потому, что общество достигло вершины технического прогресса, а духовность при этом была равна нулю. И возгордился народ, создал машину, уничтожившую все живое вокруг.

— А что же нас ждет в будущем?

— Конец света действительно наступит, если мы не изменим себя. Будьте внимательнее к себе и окружающим, задумайтесь, тем ли путем идете, действуйте согласен своим природным склонностям.

При дворах правителей всегда находился личный астролог, и ни одно действие, будь то война, заключение мира или брака, не начиналось без его согласия. Тщательным образом рассчитывалось не только положение планет, но и время года, дни, часы, а иногда и минуты. Нам, конечно, держать личного звездочета накладно, но, зная свои несчастливые дни и часы, можно избежать серьезных неприятностей. Отправляясь в путешествие (а езжу я много и охотно), всегда делаю себе расчет дней, корректирую в процессе поездки какие-то мелкие детали.

— Чрезвычайно интересно все это. Скажите, а нумерология везде применима?

— Да, эта наука незаменима в любой сфере. Я бы, например, в каждом отделе кадров ввел должность нумеролога. Вы не найдете лучшего бухгалтера и финансиста, чем человек, рожденный «пятеркой» (14, 23 и т. д.). Родителям станет ближе и понятней их малыш, если они знают его цифру. Например, ребенок родился «двоечкой», боится засыпать без света. Не упрекайте его, не заставляйте преодолевать свой страх, ведь 2 — это лунная цифра, подверженная многим фобиям, к примеру, страху высоты и замкнутого пространства. Дети «двоечки» очень ранимы, нежны и

нуждаются в вашем одобрении. Похвалите его — и он совершит подвиг. Преодолеет свои страхи он лишь в том случае, если вы поможете ему любовью, а не муштрой.

А вот наш любимый город Москва имеет счастливую вибрацию 23. Недаром иноземные захватчики не смогли ее покорить. Ленинград, наоборот, — тяжелую кармическую нагрузку 29, что означает болезни и потерю близких. Вспомните историю: война, блокада, смерть родственников. Считаю, правильно вернули старое название северной столице — его вибрация 16, а древние изображали это число как башню, в которую попадает молния, и с нее падает человек в короне. С такой вибрацией не следует быть первым, тогда добьешься славы и признания. Кстати, у убитого президента Линкольна вибрация тоже была 16.

Тяжело придется нашему президенту, ему необходимо восстановить поврежденный образ страны. Но он справится, не случайно его вибрация 7 — лучшая цифра для правителя: помогает всегда добиваться поставленной цели.

Правда, у нашего государства вибрация не совсем удачная. Я бы изменил название, например Госу-

ные качества. Символ родительской любви. Хочешь преданную жену — ищи 2. Рак — Луна, серебряный, салатовый, жемчуг, лунный; 3 — объединяет талант и веселость и символизирует собой приспособляемость. Сама порядочность и честность, очень доверчивы, найдут ответ на любой вопрос.

Стрелец — Юпитер, все цвета осени, камень — бирюза;

4 — означает устойчивость и прочность. Пророки, обладающие незаурядным умом, порой опережают эпоху, поэтому им бывает трудно реализовать свои идеи.

Водолей — Уран, голубой, лазурит, малахит;

5 — символизирует риск, самое счастливое и непредсказуемое. Это финансисты, журналисты, экстрасенсы, способны увлекать за собой массы, работать на публику.

Близнецы — Меркурий, белый, серебряный, аквамарин;

6 — символ надежды, находится в гармонии с природой. Сама любовь, очень нежны и искусны в любви.

Весы — Венера, розовый, пастельные, опал;

7 — символизирует тайну. Это дипломаты, разведчики, добьются победы во всем.

Женщины — страстные любовницы.

Рыбы — Нептун, зеленый, белый, светло-желтый, розовый, аметист, изумруд;

8 — материальный успех, надежность. Готовы на все ради любимого.

Козерог — Сатурн, коричневый, морской волны, индиго;

9 — символ всеобщего успеха. Нет лучшего друга и советника.

Овен — Марс, рубиновый, красный, белый, рубин.

— Вы меня так заинтриговали, что захотелось узнать о себе как можно больше, ведь недаром говорят: «Познай себя — и ты познаешь мир». А вы можете мне составить гороскоп на основе нумерологии?

— Конечно. Приходите, побеседуем о числах и планетах, магии имени, политиках и городах, счастливой любви, без которой жизнь неполноценна. И мне бы хотелось всем читателям пожелать любить и быть любимыми, а также, чтобы их окружали только счастливые числа.

Валентина ПОПОВА



Название этого месяца – июлий – пришло к нам из Рима через Византию и связано с Юлием Кесарем (Цезарем), который родился 13 июля, до того в Древнем Риме он назывался квинтилис (пятый). У древних персов этот период года соответствовал Тиштрии, Сириусу – Небесному Всаднику, разгоняющему тьму, восстанавливающему традиции и законы рода, генетические корни. Большую часть этого месяца Солнце находится в зодиакальном знаке Рака, который также связан с родом, семьей и предками.

1 июля. День благоприятен для путешествий, поездок. Не рекомендуется заключение брачных контрактов, противопоказана интимная близость. Удачное время для игр, решения интеллектуальных, логических задач.

Символические сны, как правило, не сбываются, а конкретные могут, причем в ближайшее время.

2 июля. Сегодня хорошо заниматься строительством. Благоприятны любые покупки, но важные решения постарайтесь не принимать. Не рекомендуется голодание.

Есть во сне, а также пить или видеть молоко — знак удачи и благополучия. Деньги — к скорому их получению.

3 июля. Сегодня противопоказаны любые финансовые мероприятия. Хорошо заниматься уборкой квартиры, ремонтом дома. Луна находится в знаке Стрельца – бессознательный настрой на социальные взаимоотношения, желание поучать других, внутреннее ощущение собственной значимости.

Видеть воду — к успеху. Небо, летать во сне — к укреплению здоровья. Гладить собаку предательство со стороны близких.

4 июля. Приближающееся полнолуние будет отмечено лунным затмением. Следует сдерживать свои эмоции и избегать принятия ответственных решений. Любое нарушение закона чревато тяжелыми последствиями.

Видеть себя голым — к разоблачению ваших тайн. Лошадь — знак помощи свыше. Если во сне вы встречаетесь с близкими — знак предостережения, вы можете совершить ошибки.

5 июля. Сегодня в 18 часов 56 минут по московскому времени произойдет лунное затмение в знаке Козерога, что может отрицательно сказаться на эмоциональном состоянии. Опасайтесь переломов, вывихов. Лечение, удаление и протезирование зубов лучше отложить до следующей недели.

Есть вероятность увидеть вещи сны и откровения.

6 июля. Еще сохраняется аура затмения, поэтому рекомендации предыдущего дня действительны и сегодня. День хорош для занятий спортом, обмена информацией.

Обращайте внимание только на те сны, которые увидели в пасмурную погоду: они могут сбыться в течение 2-3 дней. Птицы — хорошие известия, мясо — болезнь.

В июле. Луна находится в знаке Водолея - повышенный интерес к необычным явлениям и идеям. Желательно расквитаться с долгами, помириться с друзьями. Не рекомендуется много есть и пить.

Значение имеют только
сны, связанные с битва-
ми, оружием и метал-
лом, — скорые пере-
мены в жизни, осо-
бенно это касается
женщин. Кошмары
к прояснению этих
таинственных ситуаций

9 июля. День хо-
рош для свадеб, пе-
реездов и перехода
на новую работу. Не
уклоняйтесь от су-
пружеских обязанно-
стей, сегодня не ре-
комендуется быть в
одиночестве

Все сны, увиденные сегодня после восхода солнца, не относятся лично к вам, а касаются вашего окружения и сбываются только если вы не досмотрели свой сон.

10 июля. Благоприятны контакты и новые знакомства. Сегодня не следует ничего планировать. Постарайтесь в этот день меньше находиться дома.

Сны сбываются быстро. Увидеть несколько снов подряд — знак благоприятных перемен в жизни, огонь — к удаче и помощи.

11 июля. Все ремонтные работы в доме или на даче лучше перенести на другие дни. Рекомендуется подписывать долгосрочные контракты, в т.ч. и брачные, но если сегодня вы решитесь юридически оформить расторжение брака, то этот процесс может затянуться надолго и будет чреват взаимными претензиями.

Видеть себя ~~только~~ ^{и так} того,
что ли на привычном пути, а если
на все много одежд, особенно шуб-
ки, — знак лжи и обмана

12 июля. Не рекомендуется пить, гулять, праздники и увеселительные мероприятия. Следует соблюдать строгость в еде. День хорош для сильных психических работ. Дневной сон и даже Омега, что может способствовать бессоннице, особенно при переломлении и переломе возбуждения. В ближайшие 2 дня постарайтесь меньше читать и сидеть за компьютером. Хорошо видеть себя под дождем. Вода – знак очищения от грехов.

13 июля. Сегодня, как никогда, не советуем пускаться в авантюры. в итоге это может обернуться против вас. Показаны любые работы по дому, а также семейные праздники, хорошо мириться с врагами и отдавать долги.

Все конкретные сны могут быть вещими. Чем ярче сон, тем быстрее он сбывается.

14 июля. Сегодняшний день призывает к эмоциональной сдержанности. Не следует беспричинно испытывать судьбу. Если ваш автомобиль не заводится, воспользуйтесь лучше общественным транспортом.

Стричь волосы — знак убытка и потери, гора — к удаче, мыться, плавать — к обману.

15 июля. Рекомендуется больше времени проводить на природе, особенно показан сон на свежем воздухе. Хорошо делать покупки, проводить денежные обмены, завязывать новые знакомства. Женщинам не рекомендуется пользоваться косметикой.

Вещами снами считаются только те, которые вы увидели на воздухе или если спали с открытым окном. Особенное значение имеют сны после двух часов ночи: могут сбыться в течение недели. Видеть небо, звезды, радугу — к удаче.

успеху. Небо,
к укреплению
собаку
стороны

жаю-
бу-
ым
ет
и

и
о
е-
и —
еже-
овер-

одня в 18
о московско-
изойдет лунное
Козерога, что мо-
сказаться на эмо-

8 июля. Л
Водолея — п
необычным
Желатель
гами, п
Не
ест
Зн
с

В
год
ца,
вам, а
жения
ли вы не

10 июл
такты и новы

На период 1.06 - 15.06

«Волшебный сад Тома»

(Tom's Midnight Garden), США, 1999, 103 мин. Режиссер Уиллард Карролл. В ролях: Грета Скакки, Джоан Плоурайт, Джеймс Уилтон. Фантастическая мелодрама.

Однажды 14-летний Том, приехавший погостить к родственникам, сделал удивительное открытие: ночью, когда старинные часы пробьют 13 раз, он может, словно привидение, проскользнуть сквозь дверь и оказаться в сказоч-

ВИДЕОСАЛОН

«Конан-варвар»

(Conan the Barbarian), США, 1982, 128 мин. Режиссер Джон Миллиус. В ролях: Арнольд Шварценеггер, Джеймс Эрл-Джонс, Макс фон Сюдов. Фантастический боевик.

«Омен»

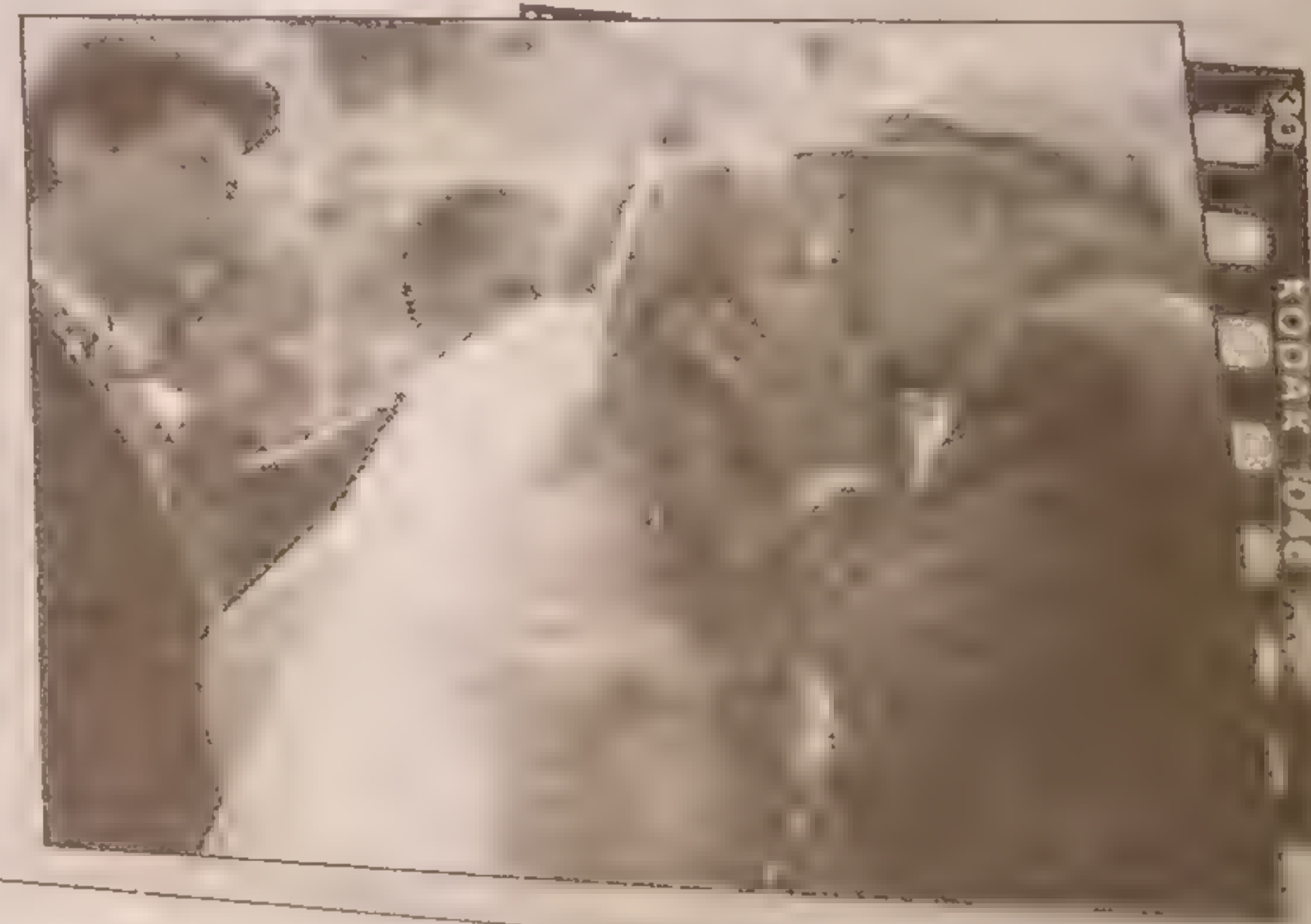
(The Open), США, 1976, 111 мин. Режиссер Ричард Доннер. В ролях: Грегори Пек, Ли Ремик, Дейвид Уоррен, Харви Стивенс, Билли Уайтлоу. Мистический триллер.

«Омен-2»

США, 1978. Режиссер Дон Тейлор.
В ролях: Грегори Пек, Ли Ремик, Дейвид Уоррен. Мистический триллер.

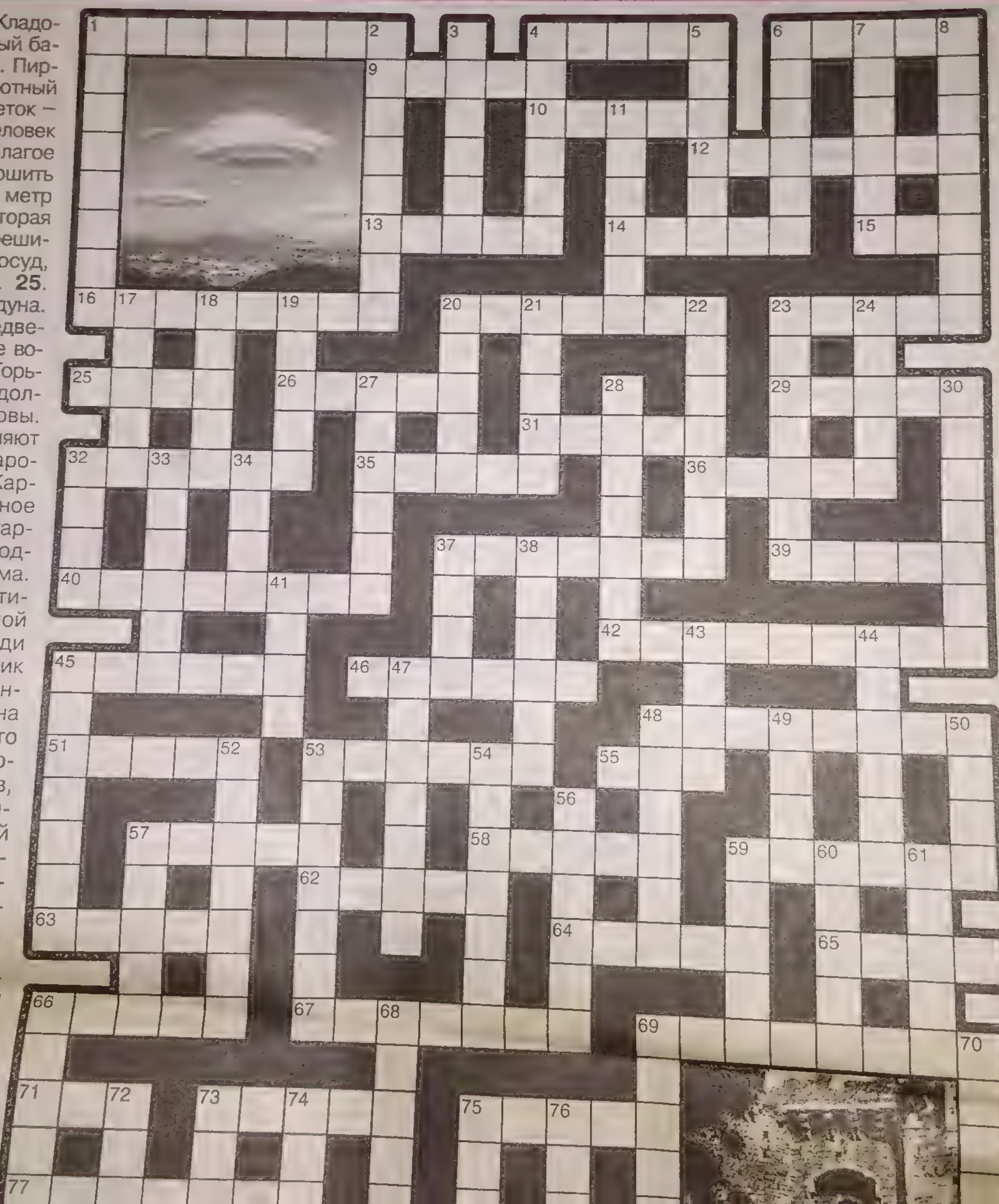
13-летний подросток про-

сле двух часов ночи: могут сойтись течение недели. Видеть небо, звезды, радуго — к удаче.



СУПЕРКРОССВОРД

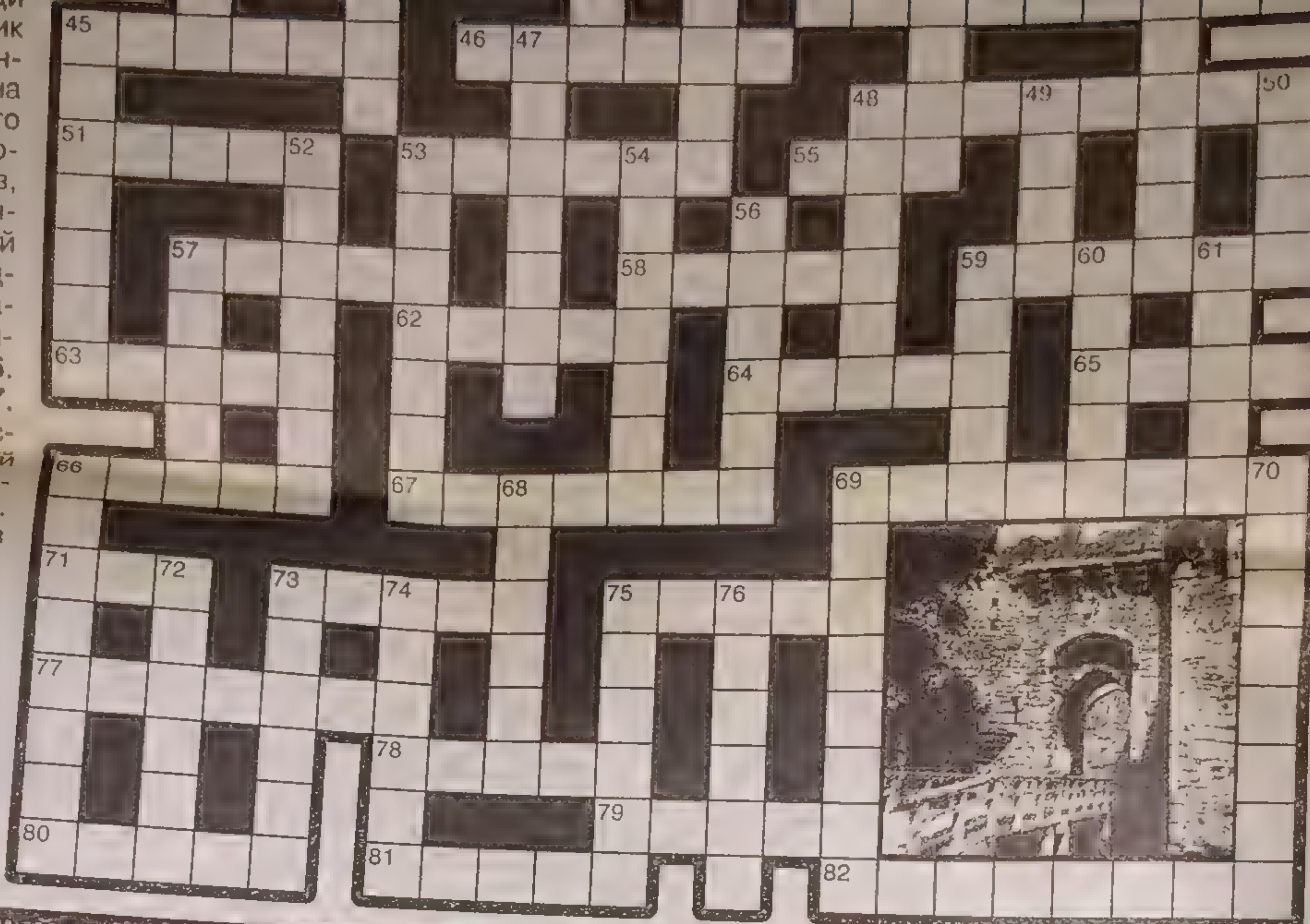
ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Кладовая музея. 4. Окультуренный базар. 6. Каменная крупа. 9. Пиршество-беспредел. 10. Уютный морской заливчик. 12. Цветок — символ Голландии. 13. Человек со странностями. 14. Благое желание, которое нам свершить не дано. 15. Квадратный метр ростом в один метр. 16. Вторая натура. 20. Сторонник решительных действий. 23. Сосуд, стоящий на одной ножке. 25. Средство от жажды с бодуна. 26. Зимний бродяга в медвежьей шкуре. 29. Вторжение вооруженных кочевников. 31. Горькие уроки жизни. 32. Продолжение генеральской головы. 35. Дом, в который отправляют детей за знаниями. 36. Прародительница рюкзака. 37. Карманный сейф. 39. Почетное звание. 40. Однорядная гармошка. 42. Полено после поджаривания в печке. 45. Пума. 46. Организация коммунистического быта. 48. Звуки разной высоты, стоящие в очереди друг за другом. 51. Ударник кузнеца. 53. Невинно убиенный. 55. Деньги, отданные на строительство храма. 57. Что может вызвать «умело» брошенная сигарета? 58. Гнев, бьющий через край. 59. Научная головоломка. 62. Крепкий напиток, который пьется сладко. 63. Заносчивость. 64. Диапозитив. 65. Символ крестьянства в «совковые» времена. 66. Жизнь, лишенная поэзии. 67. Независимый финансовый эксперт. 69. Знак, разделяющий текст внутри главы. 71. Оплошность. 73. Жертвенный ягненок. 75. Высший орган власти в Древнем Риме. 77. Угощение, выставаемое за работу. 78. Вес раздетого товара. 79. Бугорок на ровной дороге. 80. Багаж. 81. Игрушка с именем Па...



обеда. 2. Начинка сливы. 3. Если он чужой, то в него бросают камешки или пускают козла. 4. Согласно В. Маяковскому, эту птичку должен жевать буржуй. 5. Чаша, в которой вулкан лаву кипятит. 6. Ежедневное наступление моря на сушу. 7. Гипсовый отпечаток в масштабе 1:1. 8. Не только дикарь, но и людоед. 11. Единица бурных аплодисментов. 17. Старая развалина. 18. Сырость. 19. Младшая сестра миски. 20. Гектары нового русского на американский манер. 21. Печка, плюющаяся чугуном. 22. Человек, спящий на ходу. 23. Разорившаяся фирма. 24. Змея в капюшоне. 27. Минимальный уровень шума. 28. Ковш в дырочках, но не брак. 30. Основная профессия цыганки. 32. То, чем можно толочь в ступе даже воду. 33. Фальшивый документ. 34. Толстая рожа. 37. Распространитель энцефалита. 38. Стойка футбольных ворот. 41. Летний курорт Деда Мороза. 43. Дерево для венка победителю. 44. Расстояние не вдоль, а поперек. 45. Лагерь для автотуристов. 47. Счет 6:0. 48. Во что вляпался отряд, который «шел на Одессу, а вышел к Херсону»? 49. Пир в Древней Руси (устар.). 50. Зодиакальная невеста. 52. Форменная куртка. 53. Снасть для ловли хищной рыбы. 54. Причина святой лжи немолодой женщины. 56. Собака, рвущаяся на ринг. 57. Картина на потолке. 59. Состояние, когда хочется, как сказал С. Есенин, «здрав штаны, бежать за комсомолом». 60. Развлекательный отдых. 61. Зародыш Буратино. 66. Путешественник по святым местам. 68. Должность преподавателя вуза. 69. Забота о малоимущих в Древнем Риме. 70. Спортивная рубашка.

друг за другом. 51. Ударник кузнеца. 53. Невинно убиенный. 55. Деньги, отданные на строительство храма. 57. Что может вызвать «умело» брошенная сигарета? 58. Гнев, бьющий через край. 59. Научная головоломка. 62. Крепкий напиток, который пьется сладко. 63. Заносчивость. 64. Диа- позитив. 65. Символ крестьянства в «совковые» времена. 66. Жизнь, лишенная поэзии. 67. Независимый финансовый экспорт. 69. Знак, разделяющий текст внутри главы. 71. Оплошность. 73. Жертвенный ягненок. 75. Высший орган власти в Древнем Риме. 77. Угощение, выставляемое за работу. 78. Вес раздетого товара. 79. Бугорок на ровной дороге. 80. Багаж. 81. Игрушка с именем Ляля. 82. Распространенная форма аспирина.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Умелец, роющий канаву от забора до



стояние не вдоль, а поперек. 45. Лагерь для автотуристов. 47. Счет 6:0. 48. Во что вляпался отряд, который «шел на Одессу, а вышел к Херсону»? 49. Пир в Древней Руси (устар.). 50. Зоди- акальная невеста. 52. Формен- ная куртка. 53. Снасть для ловли хищной рыбы. 54. Причина свя- той лжи немолодой женщины. 56. Собака, рвущаяся на ринг. 57. Картина на потолке. 59. Со- стояние, когда хочется, как ска- зал С. Есенин, «задрать штаны, бежать за комсомолом». 60. Раз- влекательный отдых. 61. Заро- дыш Буратино. 66. Путешествен- ник по святым местам. 68. Долж- ность преподавателя вуза. 69. Забота о малоимущих в Древнем Риме. 70. Спортивная рубашка. 72. Климат на день. 73. Месяц, в котором родились В. Ленин и А. Гитлер. 74. Светильник для тех, кто спать в темноте боится. 75. Лесная разносчица ново- стей. 76. Болезненная слабость, которая подстерегает человека на старости лет.

УЧЕБНО-ПРОИЗВОДСТВЕННЫЙ ЦЕНТР работает с 1989 г.

МОСКОВСКИЙ БИЗНЕС-КОЛЛЕДЖ

Комитет образования Правительства Москвы
Свидетельство о государственной аккредитации: серия ОБ №0008813

- | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> ▶ БУХУЧЕТ + ПК ▶ БУХГАЛТЕР-СЧЕТОВОД (выдается госсвидетельство) ▶ КОМПЬЮТЕР ДЛЯ БУХГАЛТЕРА ▶ КОНСТРУКТОР-МОДЕЛЬЕР ▶ МЕНЕДЖЕР + ПК ▶ МЕНЕДЖЕР ПО ТУРИЗМУ + ПК ▶ МЕНЕДЖЕР ПО ПРОДАЖАМ + ПК ▶ КОМПЬЮТЕР ДЛЯ МЕНЕДЖЕРА ▶ СЕКРЕТАРЬ (выдается госсвидетельство) ▶ КОМПЬЮТЕР В ОФИСЕ (школьникам, студентам — скидка 10%) | <ul style="list-style-type: none"> ▶ АНГЛИЙСКИЙ ЯЗЫК (5 уровней) ▶ ПАРИКМАХЕР (выдается госсвидетельство) ▶ КОСМЕТОЛОГ-ВИЗАЖИСТ ▶ ДИЗАЙНЕР ИНТЕРЬЕРА + ПК ▶ КОМПЬЮТЕРНЫЙ ДИЗАЙН ИНТЕРЬЕРА ▶ ОФИЦИАНТ-БАРМЕН (+2 недели практики в ресторане "Мир") ▶ БАРМЕН-СОМЕЛЬЕ ▶ КЛАССИЧЕСКИЙ МАССАЖ |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

У нас ДИПЛОМ с присвоением квалификации и ГЕРБОВОЙ ПЕЧАТЮ.
СИСТЕМА СКИДОК. СУББОТНИЕ И ВОСКРЕСНЫЕ ГРУППЫ.
Доступные цены. СОДЕЙСТВИЕ В ТРУДОУСТРОЙСТВЕ.
ДЛЯ РАБОТОДАТЕЛЕЙ: подбор персонала (095) 205-39-83.

Адрес: м. "Краснопресненская",
М. Предтеченский пер., 1/2, каб. 22.
Тел.: (095) 205-48-71
(круглосуточно),
255-95-04, 213-73-46
(с 10 до 18 ч. по будням)

Летняя
скидка
10%



Мир новостей ПРИГЛАШАЕТ

розничных распространителей,
мелко- и крупнооптовых
покупателей продукции
газет

«Мир новостей»,
«Мир зазеркалья»,
«Мир садовода», «Мир кино и ТВ»
сборников
«Суперкроссворд»,
«Кроссворденек»,
«Сканворды».

Возможна доставка в регионы.

Т. (095) 917-35-04

Телефоны
рекламных
отделов:

(095) 925-44-73,
923-52-28,
281-19-85,
207-33-26,
205-39-47,
255-95-08.

Ответа на суперкроссворд на стр. 7

ВНИМАНИЕ

**РОЗНИЧНЫХ РАСПРОСТРАНИТЕЛЕЙ,
МЕЛКО- И КРУПНООПТОВЫХ ПОКУПАТЕЛЕЙ
ПРОДУКЦИИ ИЗДАТЕЛЬСКОГО ДОМА «МИР НОВОСТЕЙ»:**

приобрести
по самым низким издательским ценам
газету «Мир зазеркалья»

вы можете по адресу
109028, Москва, Яузский бульвар, 14/8
Тел.: 916-26-31, 917-72-51, 917-35-04

Здесь же вы можете приобрести и другие наши издания:
газеты «Мир новостей», «Мир садовода», «Мир ТВ и кино»,
«Мир сканвордов», сборники «Суперкроссворды»,
«Сканворды» и «Кроссворденек».

Продолжается подписка на газету
«Мир зазеркалья».

Вы можете подписаться на всей территории РФ и СНГ
в любом отделении связи по «зеленому»
Объединенному каталогу Госкомсвязи (агентство АРСМИ).
Подписной индекс 42575.

Главный редактор — Андрей ХОТЕНОВ
Зам. главного редактора — Ирина ЛЕМАНСКАЯ
Учредитель — коллектив редакции.
В номере использованы материалы
«Экстра-пресс».
Газета выходит два раза в месяц

Газета зарегистрирована
в Комитете РФ по печати.
Рег. № 016585

ГУП «Пресса». Заказ № 14020

Распространение —

101000, Москва, Главпочтамт, а/я 2102.
Тел. редакции: 284-43-12

Тел. рекламного отдела: 925-64-88,
925-44-73, 925-21-08, 281-19-85, 255-95-08,
205-39-47, 207-33-26

Отдел распространения: 284-40-30, 207-30-31
Отд. общественных связей: 925-83-03

Тираж 100 тыс. экз.

За тексты и телефоны в рекламе
редакция ответственности не несет.
Рукописи не рецензируются и не возвращаются.
При перепечатке ссылка на «МЗ» обязательна.



**НОВЫЕ
УЖАСЫ
НА ВИДЕО**

Стр. 15

№15(88),
ИЮЛЬ
2001 г.

ТАЙНА ФАМИЛИИ КИРКОРОВА

Стр. 9

Тайные Вокруг нас

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ

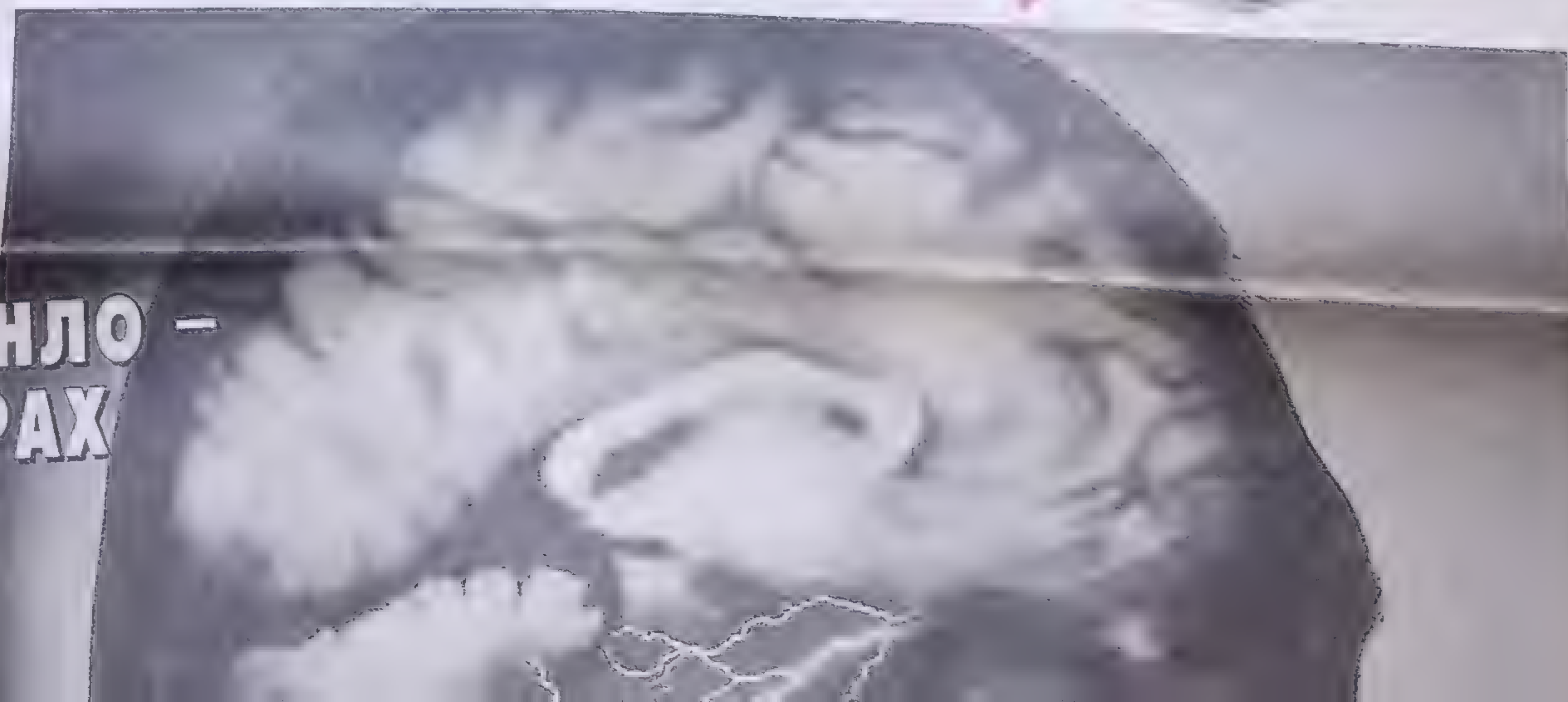
**Андрей
НОВОСТЕЙ**

Мир ЗА ЗЕРКАЛОМ

стр. 2

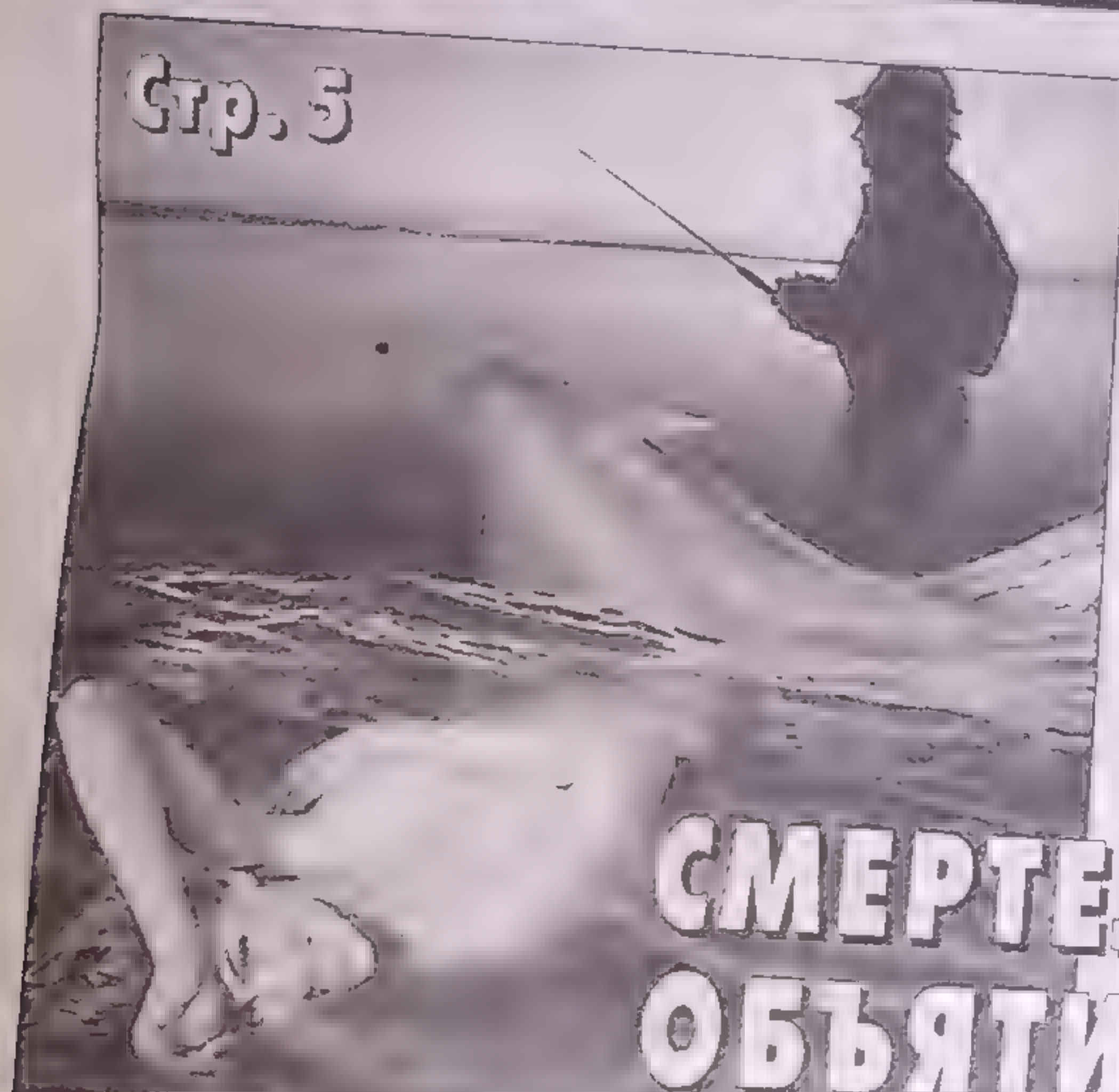
**БАЗЫ НЛО –
В ОЗЕРАХ**

стр. 5



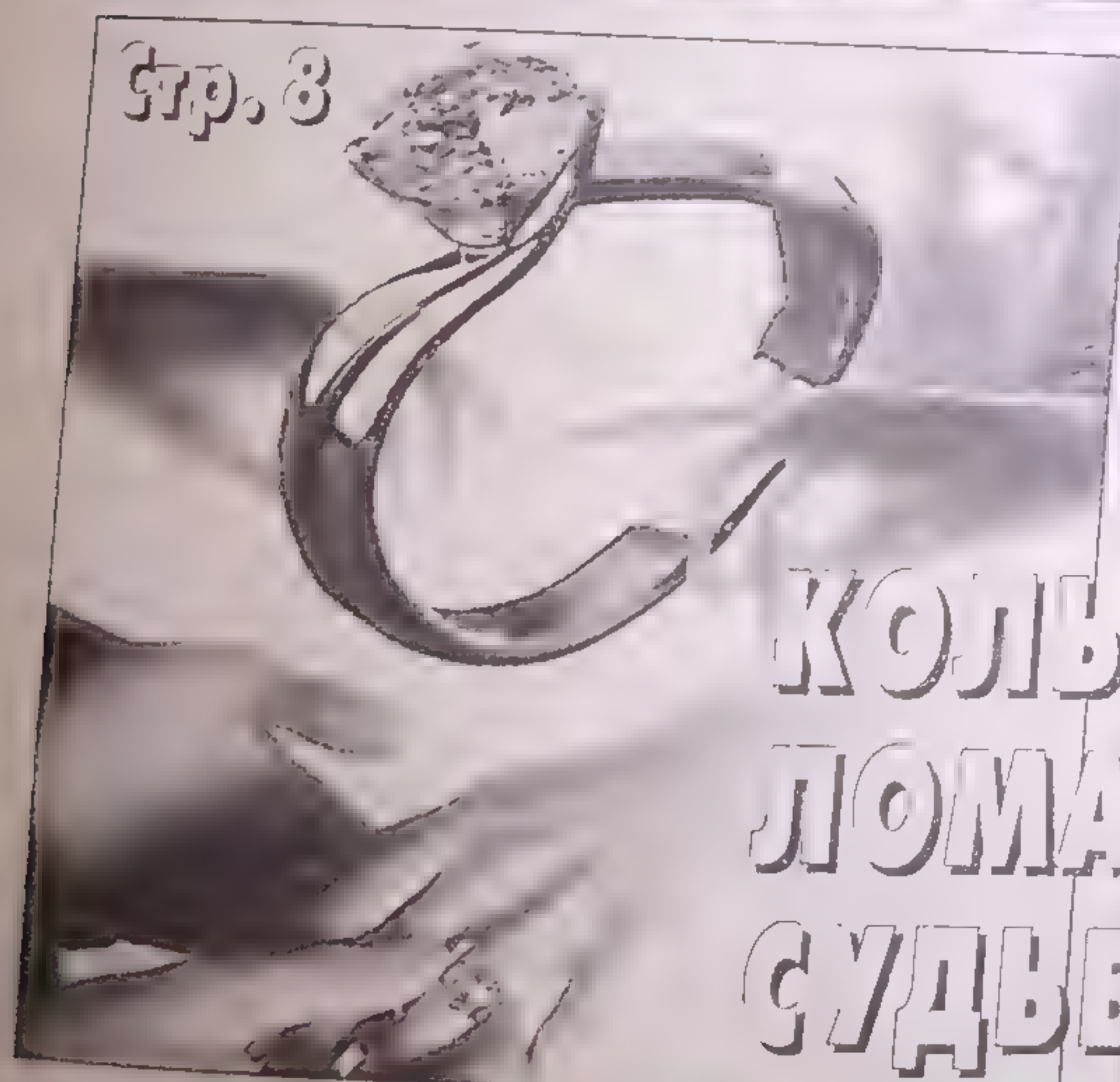
**БАЗЫ ИЛО —
В ОЗЕРАХ**

Стр. 5



**СМЕРТЕЛЬНЫЕ
ОБЪЯТИЯ**

Стр. 8



**КОЛЬЦО,
ЛОМАЮЩЕЕ
СУДЬБЫ**

Стр. 4

**380 ВОЛЬТ —
ДЛЯ ЯСНОВИДЦА!**





НЛО СКРЫВАЮТСЯ В ОЗЕРАХ

Несколько таких необычных озер таится в загадочных и почти непроходимых Андах. Там, на заоблачной высоте, в глуши и безлюдье, лежит странное озеро Гаипо. По слухам, несколько лет назад его облюбовали НЛО. Исследователи, рискнувшие отправиться в это Богом и людьми забытое место, обнаружили, что слухи имеют под собой реальную основу. Местные индейцы рассказывают, что паранормальные явления происходят здесь регулярно, но чаще всего в 6 часов утра и с 3 до 4 часов пополудни. В это время суток индейцы неоднократно наблюдали некие светящиеся объекты, или буквально падавшие в озеро, или, наоборот, вылетающие из воды. Форма неведомых тел поражала разнообразием: шары, овалы, прямоугольники, кольца то свободно опускались на глубину, то зависали и медленно перемещались в нескольких сантиметрах от воды, а затем либо молниеносно исчезали в небе, либо неторопливо и чинно летели вдоль склонов обрамляющих Гаипо гор. А поскольку местные жители не знакомы с таким понятием, как межпланетные или межзвездные контак-

ты, индейцы считают наблюдаемые явления происками ведьм и колдунов, которые «принимают лучезарный облик, отправляясь на охоту или преследуя невинных жертв». Они рассказывают, что однажды их соплеменник был поражен молнией, исторгнутой одним таким светящимся объектом, и с перепугу забился в кусты, где и сидел до тех пор, пока странный предмет не исчез. В другой раз старая индианка, собиравшая хворост, вдруг увидела над озером «огненный диск». И хотя до него было довольно далеко, женщина явственно ощутила волны горячего воздуха, исходящие от этого непонятного предмета.

Лагуна Альчирика расположена примерно в 20 километрах южнее Пероте, близ Веракруса. Она невелика — около 3 километров в поперечнике, но поразительно глубока — 600 с лишним метров. Побывавшие в тех местах исследователи еще на подходах к лагуне отмечали разнообразные аномалии: в электроприборах садились батарейки, видеоленты приходили в негодность, прекращался прием

Легенды о заколдованных озерах уже давно стали привычными, но не вызывают такие сомнения, что на свете и впрямь хватает водоемов, обладающих странными свойствами и благодаря им являющихся источником паранормальной активности. В последнее время к ним проявляют повышенный интерес уфологи: стало известно, что у этих водоемов регулярно появляются НЛО.

радиосигналов в диапазонах АМ/ФМ. Все это позволило выдвинуть гипотезу о неких электромагнитных возмущениях, источник которых находится в лагуне или поблизости от нее.

В 1998 г. биолог Артуро дель Морал решил тщательно исследовать водоем и столкнулся с теми же препятствиями, что и его предшественники. Более того, участники экспедиции Морала слышали даже какие-то странные звуки, издаваемые по ночам толщей воды, и у них возникло впечатление, будто «там что-то плавает». Моралу удалось поговорить

с одним из жителей городка Пуэбло-дель-Секо, и тот рассказал, что в один из мартовских вечеров 1996 г. он видел странное ослепительно-желтое сияние, которое исходило из воды. Нимало не заботясь о собственной безопасности, бесстрашный горожанин подбежал к самой кромке воды и, к своему удивлению, увидел «что-то громадное и светящееся. Эта штука вынырнула из воды, зависла в метре или двух над лагуной, а потом унеслась в ночное небо».

Другие местные жители говорили Моралу, что световые явления в лагуне имеют какую-то удивительную и малопонятную периодичность: весной они наблюдаются чаще, особенно по ночам. Моралу удалось даже снять эти явления на пленку. Они очень красивы: светящиеся сгустки висят над поверхностью лагуны близ берегов и испускают белые или красные вспышки. От этого зрелища захватывает дух. Недаром пионер уфологии, великий Джессап, очень любил бывать на берегах лагуны

Альчирика. Пораженный сходством внешнего вида лагуны и кратеров на Луне, он даже называл ее «кратер Пероте».

Помимо сравнительно небольших озер, дурную репутацию иногда имеют и водоемы огромные, больше похожие на моря. Ярчайший тому пример — американские Великие озера, гигантские пресноводные водоемы, отделяющие канадскую провинцию Онтарио от США. О связанных с ними таинственных явлениях написано немало, а Джей Гурли посвятил этой теме книгу «Великоозерский треугольник».

В марте 1998 г. Центр изучения НЛО внимательнейшим образом исследовал сообщения о появлении неопознанных летающих объектов близ атомной электростанции Перри на берегу озера Эри. 4 марта женщина, не пожелавшая назвать свое имя, ехала вдоль берега озера в Истлейк (США, штат Огайо). Вдруг она увидела «нечто похожее на дирижабль, на обоих концах которого горели яркие огни». Объект выписывал в воздухе странные кренделя, метался туда-сюда, как и подобает классическому НЛО, и не выказывал ни малейшего желания улетать прочь. Добравшись до дома, женщина рассказала об увиденном супругу и уговорила его пойти на ближайший пляж, чтобы посмотреть на «диво». Когда они прибыли на берег, НЛО все еще маневрировал над озером. На этот раз очевидцам удалось определить приблизительные размеры объекта. Он был «больше футбольного поля». У наблюдателей создалось впечатление, будто «дирижабль» дожидался возвращения каких-то мелких летающих объектов, высланных на разведку. И действительно, вскоре он опустился на скованную льдом поверхность озера и начал принимать разведчиков на борт. Затем объект исчез из виду. Вероятно, пробив толщу льда, он погрузился на дно, где располагалась база НЛО. А может быть, экипажу просто надоело праздное любопытство земных зевак?

Андрей ШАРОВ

«ГНИЛЫЕ» СОБЛАЗНИТЕЛИ

Три жительницы небольшого бразильского городка Варгинья, гуляя по окрестному лесу, неожиданно заметили на поляне странных существ.

«На нас словно столбик напал, — рассказывает одна из них. — Увиденные на поляне существа не были похожи ни на людей, ни на животных. Казалось, их ноги и руки сделаны из

Как мы уже сообщали, после почти 50-летней плодотворной деятельности в Англии закрылось Британское общество по изучению «летающих тарелок». Главной причиной этого печаль-

нию, предположение о том, что пришельцы перестали исследовать Землю и людей, является по меньшей мере нелепым. Во-первых, инопланетяне могли значительно усовершенствовать свои

В-третьих, пришельцы вполне могут придавать своим кораблям вид земных самолетов или впускать очевидцам представления о подобной конфигурации НЛО на расстоянии. Не исключено, что



НЛО СКРЫВАЮТСЯ В ОЗЕРАХ

Несколько таких необычных озер таится в загадочных и почти непроходимых Андах. Там, на заоблачной высоте, в глуши и безлюдье, лежит странное озеро Гаипо. По слухам, несколько лет назад его облюбовали НЛО. Исследователи, рискнувшие отправиться в это Богом и людьми забытое место, обнаружили, что слухи имеют под собой реальную основу. Местные индейцы рассказывают, что паранормальные явления происходят здесь регулярно, но чаще всего в 6 часов утра и с 3 до 4 часов пополудни. В это время суток индейцы неоднократно наблюдали некие светящиеся объекты, или буквально падавшие в озеро, или, наоборот, вылетающие из воды. Форма неведомых тел поражала разнообразием: шары, овалы, прямоугольники, кольца то свободно опускались на глубину, то зависали и медленно перемещались в нескольких сантиметрах от воды, а затем либо молниеносно исчезали в небе, либо неторопливо и чинно летели вдоль склонов обрамляющих Гаипо гор. А поскольку местные жители не знакомы с таким понятием, как межпланетные или межзвездные контак-

ты, индейцы считают наблюдаемые явления происками ведм и колдунов, которые «принимают лучезарный облик, отправляясь на охоту или преследуя невинных жертв». Они рассказывают, что однажды их соплеменник был поражен молнией, исторгнутой одним таким светящимся объектом, и с перепугу забился в кусты, где и сидел до тех пор, пока странный предмет не исчез. В другой раз старая индианка, собиравшая хворост, вдруг увидела над озером «огненный диск». И хотя до него было довольно далеко, женщина явственно ощутила волны горячего воздуха, исходившие от этого непонятного предмета.

Лагуна Альчирика расположена примерно в 20 километрах южнее Пероте, близ Веракруса. Она невелика — около 3 километров в поперечнике, но поразительно глубока — 600 с лишним метров. Побывавшие в тех местах исследователи еще на подходах к лагуне отмечали разнообразные аномалии: в электроприборах садились батарейки, видеоленты приходили в негодность, прекращался прием

Легенды о заколдованных озерах уже давно стали привычными, но не вызывает также сомнения, что на свете и впрямь хватает водоемов, обладающих странными свойствами и благодаря им являющихся источником паранормальной активности. В последнее время к ним проявляют повышенный интерес уфологи: стало известно, что у этих водоемов регулярно появляются НЛО.

радиосигналов в диапазонах AM/FM. Все это позволило выдвинуть гипотезу о неких электромагнитных возмущениях, источник которых находится в лагуне или поблизости от нее.

В 1998 г. биолог Артуро дель Морал решил тщательно исследовать водоем и столкнулся с теми же препятствиями, что и его предшественники. Более того, участники экспедиции Морала слышали даже какие-то странные звуки, издаваемые по ночам толщей воды, и у них возникло впечатление, будто «там что-то плавают». Моралу удалось поговорить

с одним из жителей городка Пуэбло-дель-Секо, и тот рассказал, что в один из мартовских вечеров 1996 г. он видел странное ослепительно желтое сияние, которое исходило из воды. Нимало не заботясь о собственной безопасности, бесстрашный горожанин подбежал к самой кромке воды и, к своему удивлению, увидел «что-то громадное и светящееся. Эта штука вынырнула из воды, зависла в метре или двух над лагуной, а потом унеслась в ночное небо».

Другие местные жители говорили Моралу, что световые явления в лагуне имеют какую-то удивительную и малопонятную периодичность: весной они наблюдаются чаще, особенно по ночам. Моралу удалось даже снять эти явления на пленку. Они очень красивы: светящиеся сгустки зависают над поверхностью лагуны близ берегов и испускают белые или красные вспышки. От этого зрелища захватывает дух. Недаром пионер уфологии, великий Джессап, очень любил бывать на берегах лагуны

Альчирика. Пораженный сходством внешнего вида лагуны и кратеров на Луне, он даже называл ее «кратером Пероте».

Помимо сравнительно небольших озер, другую репутацию иногда имеют и водоемы огромные, еще похожие на моря. Ярчайшим тому пример — американские Великие озера, гигантские пресные водоемы, отделяющие Канаду от провинции Онтарио от США. О таинственных с ними таинственных явлениях написано немало. Джей Гурли посвятил этой теме книгу «Великоозерский триллер».

В марте 1998 г. Центр изучения НЛО, принимавший сообщения о появлении неопознанных летающих объектов, получил от атомной электростанции Гарри на берегу озера Эри. 1 марта женщина, не пожелавшая назвать свое имя, ехала вдоль берега озера в Истлейк (США, штат Огайо). Вдруг она увидела «нечто похожее на дирижабль, на обоих концах которого горели яркие огни». Объект выписывал в воздухе странные кренделя, метался туда-сюда, как и подобает классическому НЛО, и не выказывал ни малейшего желания улететь прочь. Добравшись до дома, женщина рассказала об увиденном супругу и уговорила его пойти на ближайший пляж, чтобы посмотреть на «диво». Когда они прибыли на берег, НЛО все еще маневрировал над озером. На этот раз очевидцам удалось определить приблизительные размеры объекта. Он был «больше футбольного поля». У наблюдателей создалось впечатление, будто «дирижабль» дожидался возвращения каких-то мелких летающих объектов, высланных на разведку. И действительно, вскоре он опустился на скованную льдом поверхность озера и начал принимать разведчиков на борт. Затем объект исчез из виду. Вероятно, пробив толщу льда, он погрузился на дно, где располагалась база НЛО. А может быть, экипажу просто надоело праздное любопытство земных зевак?

Андрей ШАРОВ

«ГНИЛЫЕ» СОБЛАЗНИТЕЛИ

Три жительницы небольшого бразильского городка Варгинья, гуляя по окрестному лесу, неожиданно заметили на поляне странных существ.

«На нас словно столбик напал, — рассказывает одна из

Как мы уже сообщали, после почти 50-летней плодотворной деятельности в Англии закрылось Британское общество по

нию, предположение о том, что пришельцы перестали исследовать Землю и людей, является по меньшей мере нелепым. Во-первых,

В-третьих, пришельцы вполне могут придавать своим кораблям вид земных самолетов или вносить очевидным предостережением

до 4 часов полудня. В это время суток индейцы неоднократно наблюдали некие светящиеся объекты, или буквально падавшие в озеро, или, наоборот, вылетающие из воды. Форма неведомых тел поражала разнообразием: шары, овалы, прямоугольники, кольца то свободно опускались на глубину, то зависали и медленно перемещались в нескольких сантиметрах от воды, а затем либо молниеносно исчезали в небе, либо неторопливо и чинно летели вдоль склонов обрамляющих Гаипо гор. А поскольку местные жители не знакомы с таким понятием, как межпланетные или межзвездные контак-

ты, увидев нечто подобное, сразу увидели над озером «огненный диск». И хотя до него было довольно далеко, женщина явственно ощутила волны горячего воздуха, исходящие от этого непонятного предмета.

Лагуна Альчирика расположена примерно в 20 километрах южнее Пероте, близ Веракруса. Она невелика — около 3 километров в длину, но поразительно глубока — 600 с лишним метров. Побывавшие в тех местах исследователи еще на подходах к лагуне отмечали разнообразные аномалии: в электроприборах садились батарейки, видеоленты приходили в негодность, прекращался прием

навалов в диапазоне AM/FM. Все это позволило выдвинуть гипотезу о неких электромагнитных возмущениях, источник которых находится в лагуне или поблизости от нее.

В 1998 г. биолог Артуро дель Морал решил тщательно исследовать водоем и столкнулся с теми же препятствиями, что и его предшественники. Более того, участники экспедиции Морала слышали даже какие-то странные звуки, издаваемые по ночам толщей воды, и у них возникло впечатление, будто «там что-то плавает». Моралу удалось поговорить

с жителями лагуны, а потом унеслась в ночное небо».

Другие местные жители говорили Моралу, что световые явления в лагуне имеют какую-то удивительную и малопонятную периодичность: весной они наблюдаются чаще, особенно по ночам. Моралу удалось даже снять эти явления на пленку. Они очень красивы: светящиеся сгустки зависают над поверхностью лагуны близ берегов и испускают белые или красные вспышки. От этого зрелища захватывает дух. Недаром пионер уфологии, великий Джессап, очень любил бывать на берегах лагуны

футбольного поля». У наблюдателей создалось впечатление, будто «дирижабль» дожидался возвращения каких-то мелких летающих объектов, высланных на разведку. И действительно, вскоре он опустился на скованную льдом поверхность озера и начал принимать разведчиков на борт. Затем объект исчез из виду. Вечером, бив толщу льда, он погружился на дно, где располагалась база НЛО. А может быть, экипажу просто надоело праздное любопытство земных зевак?

Андрей ШАРОВ

«ГНИЛЫЕ» СОБЛАЗНИТЕЛИ

Три жительницы небольшого бразильского городка Варгинья, гуляя по окрестному лесу, неожиданно заметили на поляне странных существ.

«На нас словно столбняк напал, — рассказывает одна из них. — Увиденные на поляне существа не были похожи ни на людей, ни на животных. Казалось, их ноги и руки сделаны из резины, на голове торчали три отростка. Но самым невероятным был запах гнили, исходивший от них».

На вопрос журналистов, как закончилось это необычное приключение, девушки ответили: «Мужчины бросали на нас двусмысленные взгляды, поэтому мы решили поскорее уйти оттуда». Странно, как они догадались, что инопланетяне — мужчины, ведь двусмысленно смотреть на женщин могли и женщины.

ИГРУШКА С НЛО

В январе 2001 г. бразильский рыбак, промышлявший неподалеку от города Катамари, проверяя свои сети, вдруг обнаружил в одной из них весьма необычный предмет, который местная пресса сразу окрестила «внеземной игрушкой», или «андронитом». Улов рыбака напоминал человекоподобную куклу длиной до 15 см. По сообщению одной из газет, она «была полупрозрачной и при прикосновении к ней меняла цвет — от голубого до красного». Временами на «коже» андронита проступала какая-то жидкость, словно пот. Куклу показали по телевидению, и теперь ее исследуют бразильские ученые.

ВНЕЗЕМНОЙ БЕГУН

Невероятная встреча с пришельцем произошла у шерифа из г. Фолквилл (США, штат Алабама) в 1973 г. Как-то под вечер в полицейском участке раздался звонок. Некто сообщал, что над городом замечен НЛО. Шериф взял с собой помощника, и они тут же выехали на место происшествия. Никакого НЛО шериф не обнаружил и посчитал сообщение глупой шуткой, но неожиданно его внимание привлек необычный человек, стоявший на дороге. Шериф попросил помощника сфотографировать незнакомца. Позднее этот снимок стал настоящей сенсацией. Полицейские остановились, чтобы выяснить личность странного человека, и в этот момент он бросился бежать. Рассудив, что скрыться от полиции может только преступник, шериф, который сидел за рулем, бросился вдогонку, благо незнакомец бежал прямо по шоссе. Однако, к удивлению полицейских, скорости их машины оказалось недостаточно, чтобы догнать подозреваемого, который вскоре настолько оторвался от них, что превратился в маленькую точку, а затем и вовсе исчез. По словам шерифа, «маленький развил скорость около 200 миль в час».

Когда проявили пленку и отпечатали снимок, на нем удалось различить гуманоида в скафандре со странным приспособлением над головой. Как считают уфологи, пришелец, скорее всего, не убегал от полицейских, а просто парил над землей с помощью портативного летательного аппарата.

Как мы уже сообщали, после почти 50-летней плодотворной деятельности в Англии закрылось Британское общество по изучению «летающих тарелок». Главной причиной этого печального для мировой уфологии события явилось длительное отсутствие сообщений о наблюдениях НЛО.

Мысль основать подобное общество пришла

нию, предположение о том, что пришельцы перестали исследовать Землю и людей, является по меньшей мере нелепым. Во-первых, инопланетяне могли значительно усовершенствовать свои технологии маскировки, поэтому визуальное их отсутствие вовсе не является доказательством того, что они покинули нашу планету. В действительности небо над нами может быть переполнено НЛО, но мы их просто не видим.

В-третьих, пришельцы вполне могут придавать своим кораблям вид земных самолетов или внушать очевидцам представление о подобной конфигурации НЛО на расстоянии. Не исключает Стив Мирски и массивированного зомбирования землян: стоит нам вспомнить об инопланетянах, как тут же наши мысли переключаются на коровье бешенство, политические скандалы или пьяного соседа...

Некоторые уфологи считают, что пришельцы могли переместиться из воздушного простран-

ПРИШЕЛЬЦЫ ВЕРНУЛИСЬ ДОМОЙ?

в голову Эдгару Планкетту-старшему в 1953 г., а затем он привлек к этой работе и своего сына Дэниса. В пик активности НЛО Планкетты принимали в неделю около 30 сообщений о наблюдениях «летающих тарелок» и контактах с пришельцами. Накануне своего закрытия общество насчитывало около 1500 членов, которые, увы, практически перестали посылать сообщения об НЛО. В своем интервью газете «Таймс» Дэнис Планкетт заявил, что он по-прежнему увлечен феноменом НЛО и не собирается прекращать свои исследования.

Отсутствие же информации о новых встречах с НЛО, по его мнению, обусловлено тем, что пришельцы закончили изучать Землю, ее обитателей и улетели...

Подобное объяснение вызвало бурные споры как среди уфологов, так и журналистов: многие не согласны с мнением Планкетта. Уфолог Стив Мирски, например, предлагает свои объяснения спада активности НЛО. По его мне-



Во-вторых, считает Мирски, нельзя исключать и вероятность того, что НЛО наблюдают с прежней частотой, только очевидцы перестали уведомлять об этом. По мнению некоторых уфологов, сокращение количества сообщений может быть вызвано и деятельностью так называемых людей в черном, которые всячески препятствуют утечке информации об инопланетных визитах.

ства стран с хорошо налаженной системой ПВО в менее опасные для себя районы, например в Южную Америку, из которой в последнее время и поступало большинство сообщений об НЛО. В самом деле, несмотря на явное превосходство в технических возможностях и мощную систему защиты, НЛО все же могут быть сбиты или повреждены землянами.

Не исключено также, что за прекращение исследовательской миссии НЛО британские уфологи приняли всего лишь очередное затишье между фляпами (периодами наибольшей активности НЛО), ведь давно известно, что этот феномен проявляется с определенной периодичностью. Так, например, фляпы были в 1897, 1909, 1913-м. Последний пришелся на конец 80-х — начало 90-х гг. Если периодичность фляпов составляет чуть более 10 лет, то в ближайшие год-два уфологам снова будет чем заняться.

Максим СИРОТКИН



ГОРОДА МУРАВЬЕВ

Создатели этой удивительной системы называются аттии. Они относятся к трибе (роду) мирмекологической группы насекомых семейства Formicidae, или муравьев. Среди аттий наиболее известен вид атта — насекомое американских тропиков.

Атта живут в подземных городах, вмещающих много миллионов обитателей. Чтобы прокормить столько «народа», насекомым приходится выращивать мелкие грибки, которые они культивируют на специальных «плантациях», удобряемых обрезками листьев и лепестков. Листья и цветы муравьи собирают снаружи и приносят в свои поселения.

Воспроизводством населения в каждой колонии заняты одна или в лучшем случае несколько огромных маток. Они должны придерживаться определенного режима питания, эталонной своеобразной диеты, за соблюдением которой строго следят муравьи-«сиделки».

Подобный режим позволяет выводить один из нескольких типов муравьев в соответствии с заранее заданным, сознательно определенным и регулируемым планом, касающимся всего населения города. Но на диете атта держат не только маток, но и других обитателей поселения. Тщательно выверая рацион каждого жителя колонии, атта добиваются того, что в результате из него вырастает муравей определенного типа — рабочий, солдат или сторож...

ТРАССЫ АТТА

Чтобы обеспечить себя питанием, атта приходится выходить наверх и заниматься сбором листьев. Поэтому от муравейника расходится множество дорог с подземными переходами, навесами, защищающими от сильных дождей, даже с развязками по типу «кленового листа». По дорогам снуют потоки муравьев — пустые идут наружу, а навстречу им спускаются крохи, нагруженные кусочками листьев. Вес поклажи обычно в минимум вдвое превосходит вес самого муравья.

«Если бы человек мог овладеть навыками, которыми крохотные муравьи обладают миллионы лет, мы бы уже сегодня достигли самых дальних звезд!» — считает американский исследователь Айвен Сандерсон. Он утверждает, что обычные насекомые имеют в своем распоряжении... систему телепортации.

ЗАГАДКИ МУРАВЬИНОЙ ЦИВИЛИЗАЦИИ

В этом не было бы ничего необычного, если бы вдруг прямо на глазах у исследователей не произошел один любопытный случай. С дерева свалился сучок и перегородил дорогу. Тут же образовалась самая настоящая транспортная пробка.

Люди при этом вызывают ГИБДД или иную дорожную службу, то же сделали и муравьи. Среди них вдруг появилось несколько более крупных особей, видимо, «полицейских», которые стали сгребать в сторону старые листья и прочий хлам. Вскоре они соорудили обходной путь, по которому сразу же двинулись «рабочие».

Возможное сообщение по цепочке, касаясь друг друга усиками, — примерно так же, как на пожаре люди передают друг другу ведро с водой.

Но можно ли при помощи подобного контакта передавать информацию так быстро, как это было сделано в нашем случае? Математический расчет показал: даже если бы 60 тыс. муравьев од-

либо ультразвук (а может, и инфразвук), либо нечто вроде радиосвязи. Доктор Хелен Форрест из университета Ратгерс обнаружила, что насекомые действительно способны издавать различные звуки за счет щелчков суставами лап, их потирания друг о друга и смыкания челюстей. Она также убедилась, что муравьи могут генерировать и более сложные звуки при помощи так называемых органов стрекотания, наподобие тех, которые имеются у кузнечиков и саранчи. Эти органы похожи на две миниатюрные стиральные доски и способны вибрировать относительно друг друга.

В итоге исследовательница пришла к такому выводу...

нимаются матки атта — гигантские женские особи, которые только едят и несут яйца. В молодости они улетают из своего родного города, совокупляются, спускаются на землю, вкапываются в нее и основывают новое поселение. Сначала на свет появляется плеяда рабочих муравьев. Спустя какое-то время они начинают ухаживать за маткой, и вскоре она вырастает до чудовищных размеров, производительность ее «конвейера» увеличивается.

Для защиты матки рабочие муравьи сооружают «бетонную» камеру, настолько прочную, что разрушить ее можно лишь с помощью тяжелого лома. Камера, как правило, непроницаема, только в самой нижней части проделаны небольшие отверстия для входа и выхода подносчиков пищи, каналы для вывода экскрементов и прохода «акушеров», следящих за яйцами, а также желоб для яиц.

Камеры обычно размером с кокосовый орех, хотя они слегка сплюснуты и чуть удлинены, а толщина стенок может достигать 3 дюймов (7,5 см). Подходы к ним в некоторых городах также «бетонные».

Вот здесь мы и сталкиваемся с проблемой. Если вам удастся добраться до камеры, в которой находится матка, и осторожно срезать ее боковую часть, вы увидите, что все помещение занимает одно большое насекомое. Его можно пометить тонкой струйкой краски из пульверизатора.

Пока камера остается открытой или прикрытой куском стекла, ничего необычного не происходит. Матка либо погибает, либо рабочие муравьи с превеликим трудом переводят ее в другое место. Но если закрыть потревоженную камеру всего на пару минут — матка из нее попросту исчезнет, утверждает Айвен Сандерсон.

Пропавшую матку, помеченную краской, потом обнаруживали в другой сверхпрочной камере, расположенной в нескольких десятках метров от прежнего места. Но как она туда попала?

Есть два варианта ответа на этот вопрос. Спецы по насекомым просто морочат нам головы тем самым подогревая интерес к своей работе, а в действительности никаких исследований...



...человек выверяя рацион каждого жителя колонии, атта добиваются того, что в результате из него вырастает муравей определенного типа — рабочий, солдат или сторож.

ТРАССЫ АТТА

Чтобы обеспечить себя питанием, атта приходится выходить наверх и заниматься сбором листьев. Поэтому от муравейника расходятся множество дорог с подземными переходами, навесами, защищающими от сильных дождей, даже с развязками по типу «кленового листа». По дорогам снуют потоки муравьев — пустые идут наружу, а навстречу им спускаются крохи, нагруженные кусочками листьев. Вес поклажи обычно как минимум вдвое превосходит вес самого муравья.

Пометив одного муравья тончайшей цветной нитью, ученые проследили его путь от одного из выходов из города. Оказалось, он направлялся к одиноко стоящему дереву, до которого было примерно четверть мили. Добравшись до него, муравей полез вверх, выбрал лист и принялся отгрызать от него кусочек, потом взвалил его себе на «плечи» и потащил в муравейник.

ЦИВИЛИЗАЦИОННОЙ ЗАДНИ

В этом не было бы ничего необычного, если бы вдруг прямо на глазах у исследователей не произошел один любопытный случай. С дерева свалился сучок и перегородил дорогу. Тут же образовалась самая настоящая транспортная пробка.

Люди при этом вызывают ГИБДД или иную дорожную службу, то же сделали и муравьи. Среди них вдруг появилось несколько более крупных особей, видимо, «полицейских», которые стали сгребать в сторону старые листья и прочий хлам. Вскоре они соорудили обходной путь, по которому сразу же двинулись «работяги».

СИСТЕМА СВЯЗИ

Но каким образом муравьи общились о пробке? По словам ученых, первый «полицейский» появился уже через минуту после «аварии». За это время муравей-курьер вряд ли успел бы пробежать до муравейника.

В ходе исследований выяснилось, что муравьи передали тре-

буждение по цепочке, касаясь друг друга усиками, примерно так же, как на пожаре люди передают друг другу ведра с водой.

Но можно ли при помощи подобного контакта передавать информацию так быстро, как это было сделано в нашем случае? Математический расчет показал: даже если бы 60 тыс. муравьев одновременно повернулись в одну сторону и мгновенно коснулись «антеннами» друг друга, сигнал шел бы до города со скоростью, в 100 раз меньшей, чем на деле.

Получается, у атта существует какая-то телекоммуникационная система? Первой отпала гипотеза об оптическом «телеграфе» — атта слепы. С помощью запахов мгновенно передавать сообщения тоже невозможно — распространение «ароматных» молекул по воздуху идет довольно медленно. Остается

либо ультразвук (а может, и инфразвук), либо нечто вроде радиосвязи. Доктор Хелен Фендик из университета Раттара обнаружила, что насекомые действительно способны издавать различными способами звуки за счет щелчков суставами и потирания друг о друга и смыкания челюстей. Она также убедилась, что муравьи могут генерировать и более сложные звуки при помощи так называемых органов стрекотания, наподобие тех, которые имеются у кузнечиков и саранчи. Эти органы похожи на две миниатюрные стиральные доски и способны вибрировать относительно друг друга.

В итоге исследовательница пришла к такому выводу: «Возникшие в результате подробных вибраций колебания воздуха может без всяких приборов усиления услышать человек, находящийся рядом с насекомым и обладающий тонким слухом». И привела в качестве доказательства записи звуков, издаваемых 25 видами муравьев!

Стало быть, ларчик просто открывался?..

ФОКУС-ПОКУС?

Ранее уже говорилось, что воспроизводством потомства за-

можно пометить тонкой струйкой краски из пульверизатора.

Пока камера остается открытой или прикрытой куском стекла, ничего необычного не происходит. Матка либо погибает, либо работает муравьи с предельным трудом перемещают ее в другое место. Но если закрыть потревоженную камеру всего на пару минут — матка из нее попросту исчезнет, утверждает Айвен Сандерсон.

Пропавшую матку, помеченную краской, потом обнаруживали в другой сверхпрочной камере, расположенной в нескольких десятках метров от прежнего места. Но как она туда попала?

Есть два варианта ответа на этот вопрос. Спецы по насекомым просто морочат нам головы, тем самым подогревая интерес к своей работе, а в действительности никаких исчезновений не происходит.

Ну а если все-таки исследователи цивилизации муравьев правы? Тогда придется предположить, что атта, обладающие развитой системой телекоммуникации, также создали и систему телепортации самых важных членов своего общества, срабатывающую в экстренных случаях.

Но тогда получается, что крошечные муравьи нас обставили? Они-то пользуются системой телепортации давным-давно...

Максим ЯБЛОКОВ

ОРХИДЕЙНЫЕ ФАНАТЫ

Когда человек коллекционирует банкноты, картины, марки, его можно понять: со временем затраты окупятся с лихвой. Те же, кто собирает растения, явно делают это не из меркантильных интересов.

Так, в Бразилии, например, целая армия любителей орхидей. Среди более 6 тыс. видов этих удивительных цветов есть необычайно редкие, а потому чрезвычайно дорогие.

Некий коллекционер из штата Риу-Гранди-ду-Сул отдал новый автомобиль за цветок, называемый за свою форму «пурпурной лилией». Другой его коллега-коллекционер из Японии, ни секунды не колеблясь, заплатил 5 тыс. долларов за уродившуюся в штате Эспириту-Санту орхидею, имеющую единственный известный белый цветок вместо обычных для этого вида розово-красных.



В частных коллекциях орхидей имеется один редкий вид, который выращивают только мужчины. Ког-

да на этом внешне неприметном растении появляются «самые экзотические в мире цветы», то, глядя на них, представительницы прекрасного пола начинают краснеть или устраивают возлюбленным и мужьям скандалы. В частности, в городе Сан-Паулу произошел случай, когда жена заявила мужу: «Если ты и дальше будешь выращивать подобные цветочки-ягодки, напоминающие самое интимное место моего тела, то я от тебя уйду!»

Многие собиратели орхидей становятся рабами своих коллекций и, живя впроголодь, тратят на них все деньги. В Бразилии известны случаи, когда родственники таких фанатов обращались в полицию и суды с жалобами на «семейных разорителей».

ДЕРЕВО-КОМПАС

— так называют произрастающий в странах Юго-Восточной Азии индийский миндаль. Дело в том, что ветки на нем располагаются строго под прямым углом, причем только с двух сторон — с южной и северной. Зная, где север, а где юг, вы без труда определите и восток, и запад. Чем не компас?

МЕЧТА КОФЕМАНА

Хотите отведать самое дорогое в мире кофе? Пожалуй-ста, если готовы заплатить за одну чашечку 325 долларов. Вы можете выпить ее в небольшом кафе «Кихикан» в г. На-рах (Япония). В зале только один столик и два стула, на стенах подлинники картин Ренуара и других знаменитых художников, чашечки из старинного китайского фарфора, купленные — «по случаю» — у членов британской королевской семьи. Кофе готовят из самой чистой и дорогой минеральной воды, которую ежедневно доставляют прямо из золотых лепесточков: дескать, золото — самый необходимый для организма человека микроэлемент. Если желаете, чтобы напиток был сладким, вам подадут особый сахар французской фирмы «Пелуж». Но самое главное, естественно, кофе — его выращивают в горах Ямайки специально для посетителей кафе в Нара. Обслуживают клиентов три официантки не старше 18 лет, которых отбирают из участниц конкурсов красоты.

Итак, 325 долларов за то, чтобы провести полчаса за чашечкой кофе, ощущая себя самым богатым и самым почитаемым человеком на свете? А почему бы и нет?

МОЗГАМИ

Даже обладая 100-процентным зрением, мы, как правило, видим только часть окружающего нас мира. Редко кому — от рождения или в силу необычных, порой трагических, обстоятельств — дано рассмотреть то, что навсегда скрыто от большинства из нас.

Все живое на Земле буквально купается в энергетических потоках: электромагнитных, ультрафиолетовых, инфракрасных, рентгеновских, радиочастотных и других. Соприкасается с этим миром и человек, но настолько, насколько позволяет ему природа. Электрического тока, к примеру, он не видит, но удар силой 60–100 вольт при определенных условиях может оказаться для него роковым. Не замечаем мы и многих излучений. Так уж распорядилась природа, и, наверное, это разумно. К чему нам любоваться, к примеру, внутренними органами друг друга? Гораздо приятнее смотреть на экран цветного телевизора или компьютера.

И все-таки бывают случаи, когда человек пересекает черту недозволенного и проникает в новый мир, невидимый нашему глазу.

3 марта 1988 г. в Донецке был ясный весенний день, но ближе к вечеру погода испортилась: быстро потемнело, начался сильный ливень. На одной из стройплощадок города резким порывом ветра сорвало оголенные провода крана и замкнуло его на корпус. В результате 37-летняя крановщица Юлия Федоровна Соловьева получила 380 вольт! То, что она осталась жива, иначе, как чудом, и не назовешь. Затем больница, кошмарные головные боли, бессонные ночи и полгода борьбы за новую жизнь, которая действительно оказалась совсем не похожей на прежнюю.

Во-первых, женщина стала видеть различные энергетические излучения. В Киевском институте ядерной физики Соловьевой демонстрировали щиты с сотнями и тысячами малюсеньких отверстий, выпускающая из нескольких невидимых для обычного глаза лучи лазера. Соловьева, к изумлению ученых мужей, безошибочно указывала именно на те дырочки, из которых

редь электроток травмирует именно глаза. Может быть, видеть невидимое Юлии Федоровне помогает ее мозг? Что если столь сильный электрический разряд разбудил дотоле дремавшую неизвестную функцию головного мозга?

Ученые провели множество различных экспериментов с участием Соловьевой, каждый раз тщательно изучая ее энцефалограммы и результаты обследований на компьютерном томографе, который

пришли. Вскоре Соловьева снова удивила исследователей: она стала видеть внутренние органы человека.

Больные органы пациента Соловьева описывает как тусклые, блеклые, похожие на ртутные шары. И это действительно так, поскольку из-за недуга процесс кровообращения в них нарушен, они лишены полноценного кровоснабжения. Если болезнь не запущена, Юлия Федоровна оказывает чело-

но куда молодой человек. По городу поползли слухи, один ужаснее другого. Поэтому родители сначала не поверили Соловьевой, которая, поработав с фотографией пропавшего, сказала: «Он жив, находится около моря». Через месяц они со счастливыми слезами на глазах сообщили Юлии Федоровне, что парня действительно обнаружили в Новороссийском морском порту: он убежал из дома.

ся девочки с разлетевшимися косичками, и Соловьева заметила, что эта кроха будет художницей. Посмотрев на фотографию 6-летнего ребенка, она с горечью заявила: малыш — мутант и родился без ножек, а вот о женщине в белом халате, запечатленной на следующем снимке, сказала, что она не врач, а актриса в роли врача... Экспертная комиссия телекомпании «Антенн-2» была ошеломлена. Ее руководитель, Бернардо Мартини, сделал заявление: «В поисках людей с экстрасенсорными способностями мы объездили весь мир — от Боготы до Лос-Анджелеса, но ни один из них не продвинулся так далеко. Вы ясновидящая и должны уметь читать мертвое биополе».

Здесь нам хотелось бы поправить господина Мартини. Юлия Федоровна умеет читать не мертвое биополе, а информационное, существующее, очевидно, не только на Земле, но и за пределами нашей планеты. Это поле каким-то образом накапливает информацию обо всех объектах и событиях. Находясь в особом, измененном состоянии сознания, человек может подключиться к нему. Соловьева, по-видимому, вторглась в область высшего эфира, ведь электричество и радиация — пример того, как невидимая, тонкая субстанция воздействует на человеческий организм. Вероятно, в теле человека существуют своеобразные приемники космических флюидов, и каждый настроен на определенную вселенскую волну. Например, такой, как зрительный аппарат, который может быть связан не столько с мозгом, сколько с психикой. Вследствие того, что другие планеты находятся на значительном удалении от Земли, их влияние по большей части воспринимается не на физическом уровне, а на ментальном, поэтому уникальный дар Соловьевой естественным образом связан с философией жизни, с тем, который кажется ей живым, добрым и одухотворенным, светящимся и излучающим благодатную энергию.

Она теперь четко осознает, что только с добром и радостью можно идти к людям, нельзя накапливать отрицательную энергию, ибо она губительна и разрушительна. Агрессия притягивает катастрофы, всевозможные революции, войны и перевороты, и порой выброс злой энергии одного человека может привести к массовой трагедии от



3 марта 1988 г. в Донецке был ясный весенний день, но ближе к вечеру погода испортилась: быстро потемнело, начался сильный ливень. На одной из стройплощадок города резким порывом ветра сорвало оголенные провода крана и замкнуло его на корпус. В результате 37-летняя крановщица Юлия Федоровна Соловьева получила 380 вольт! То, что она осталась жива, иначе, как чудом, и не назовешь. Затем больница, кошмарные головные боли, бессонные ночи и полгода борьбы за новую жизнь, которая действительно оказалась совсем не похожей на прежнюю.

Во-первых, женщина стала видеть различные энергетические излучения. В Киевском институте ядерной физики Соловьевой демонстрировали щиты с сотнями и тысячами малюсеньких отверстий, выпуская из нескольких невидимых для обычного глаза лучи лазера. Соловьева, к изумлению ученых мужей, безошибочно указывала именно на те дырочки, через которые проходил луч. Но как же ей удалось заметить то, что простой смертный увидеть никак не может? К тому же давно известно, что в первую оче-

редь электроток травмирует именно глаза. Может быть, видеть невидимое Юлии Федоровне помогает ее мозг? Что если столь сильный электрический разряд разбудил дотоле дремавшую неизвестную функцию головного мозга?

Ученые провели множество различных экспериментов с участием Соловьевой, каждый раз тщательно изучая ее энцефалограммы и результаты обследований на компьютерном томографе, который, кстати, неизменно фиксировал определенное биоэнергетическое напряжение в затылочной части черепа испытуемой, но к единому мнению относительно этого феномена так и не

пришли. Вскоре Соловьева снова удивила исследователей: она стала видеть внутренние органы человека.

Больные органы пациента Соловьева описывает как тусклые, блеклые, похожие на ртутные шарики. И это действительно так, поскольку из-за недуга процесс кровообращения в них нарушен, они лишены полноценного кровоснабжения. Если болезнь не запущена, Юлия Федоровна оказывает человеку довольно ощутимую помощь, хотя, конечно же, главное — поставить правильный диагноз, ведь от этого зачастую зависит успех дальнейшего лечения.

Уникальные возможности Соловьевой видеть невидимое и оказывать на него то или иное воздействие не ограничиваются необходимостью непосредственного контакта с объектом обследования. Известны случаи, когда Юлия Федоровна помогала в розыске пропавших.

Однажды в Донецке исчез неизвест-

но куда молодой человек. По городу поползли слухи, один ужаснее другого. Поэтому родители сначала не поверили Соловьевой, которая, поработав с фотографией пропавшего, сказала: «Он жив, находится около моря». Через месяц они со счастливыми слезами на глазах сообщили Юлии Федоровне, что парня действительно обнаружили в Новороссийском морском порту: он убежал из дома, чтобы не учиться.

Но настоящей сенсацией стали результаты исследования, проведенного французской телекомпанией «Антенн-2», изучающей людей с экстрасенсорными способностями. Из 12 тестов, представляющих собой фотографии людей, судьбу которых необходимо было определить, Соловьева прошла 11. Первой оказалась фотография молодого интересного мужчины с гаванской сигарой в зубах. Юлия Федоровна взглянула на нее и сказала, что этот красавец недавно умер от СПИДа. Затем ей предложили другую, с изображением улыбающей-

пример, такой, как зрительный аппарат, который может быть связан не столько с мозгом, сколько с психикой. Вследствие того, что другие планеты находятся на значительном удалении от Земли, их влияние по большей части воспринимается не на физическом уровне, а на ментальном, поэтому уникальный дар Соловьевой естественно сочетается с философским видением мира, который кажется ей живым, добрым и одухотворенным, светящимся и излучающим благодатную энергию.

Она теперь четко осознает, что только с добром и радостью можно идти к людям, нельзя накапливать отрицательную энергию, ибо она губительна и разрушительна. Агрессия притягивает катастрофы, всевозможные революции, войны и перевороты, и порой выброс злой энергии одного человека может привести к массовой трагедии, от чего страдает и биополе Земли.

Юлия Федоровна воспринимает людей как часть материальной, одухотворенной природы, а Вселенную как живое существо, все клетки которого связаны друг с другом миллиардами нитей.

Благодаря ее уникальному видению и оригинальной философии, может быть, и мы с вами когда-нибудь осознаем, что человек — это духовная Вселенная, открытая миру и мощно воздействующая на него, и если мы будем нести в себе гармонию и свет, агрессия и болезни отступят и красота действительно спасет мир.

Валерий ЕГИЯНЦ

ИЗ ЛАП СМЕРТИ

В литовском городе Шяуляе как-то произошел удивительный случай: кот спас свою возлюбленную — симпатичную киску, которая случайно упала в глубокий колодец. Но что же сделал пушистый Ромео? Он вскочил на край колодца и принялся орать во все кошачье горло. Хозяйке стало интересно, почему ее любимец так нервничает, она открыла крышку и увидела на дне тонущее животное.

Пожарные подоспели вовремя. Один из них спустился на веревке в колодец и достал почти обессилевшую кошку. Счастливая киска тут же благодарно облобызала мохнатого друга.

ПОЛЕ ЧУДЕС В СТРАНЕ ДУРАКОВ

Похоже, Остап Бендер и ему подобные не переведутся никогда. Один такой хитрец ловко надул крестьян из дальней перуанской деревушки, продав им пластиковые бусины, которые, по словам «агронома», будучи посажены в землю, прорастут ожерельями, серьгами и другими драгоценностями. Согласно официальным данным, пострадали 124 крестьянина, посеявшие блестящие «семена» по 1,5 американских доллара за пакет.

«Они думали, что разбогатеют, когда появятся первые всходы», — отметил представитель полиции. — Это грандиозное мошенничество, и мне искренне жаль невежественных крестьян».

ФРАНКЕНШТЕЙНУ И НЕ СНИЛОСЬ

Человеческая цивилизация действительно вступила в новую эпоху. В США впервые в истории родился ребенок, которому заранее задали такие генетические параметры, чтобы в дальнейшем он мог стать донором особых клеток для своей больной сестры. 6-летняя Молли Нэш страдала редкой формой анемии, вызванной нарушениями в работе костного мозга. По совету ученых ее мать и отец решили родить второго ребенка, чтобы затем использовать клетки его организма для пересадки в ткани костного мозга сестры. Из 15 эмбрионов, оплодотворенных в пробирке, ученые отобрали один, который отвечал всем необходимым требованиям. Через 9 месяцев родился Адам Нэш. Как сообщается, врачи взяли из его пуповины клетки, которые были немедленно пересажены сестре.

ГОЛУБОГЛАЗАЯ ТВАРЬ

Когда американка Паула М. в очередной раз отправилась на свалку за старыми бутылками из-под марочных вин, которые собирала, она и представить не могла, что сегодня ее ждет необычное приключение.

Создание, которое Паула узрела посреди груды хлама и отходов, напоминало гигантского червя. У него были огромные кристально-голубые глаза, а чешую покрывал странный светящийся пух.

Рассказом женщины заинтересовались журналисты и исследователи аномальных явлений. Дело в том, что, судя по описанию, неведомое существо не принадлежало ни к одному известному на Земле виду...

Правда, по слухам, похожих голубоглазых тварей наблюдали некогда в Юго-Восточной Азии. Из-за блестящей чешуи их называли «инготы» («металлические слитки»). Во время вторжения Франции в Индо-



китай инготы якобы неоднократно попадались на глаза французским солдатам. Главнокомандующий французской армии, генерал Жан де Латтре де Тассини, настолько заинтересовался таинственными червями, что специально вызвал бригаду исследователей, которым, однако, так и не удалось ничего обнаружить. Позднее в Индокитае побывали американцы, но и они не нашли ни одного ингота...

В 1953 г. загадочных червей видели в Северном Вьетнаме, где бесследно пропал целый полк

французских солдат. Ветераны войны в Индокитае уверяли, что появление этих существ напрямую связано с таинственным исчезновением людей. Возможно, французские войска навлекли на себя мистическое проклятие индокитайских магов, которое и породило инго-

тов — проводников между нашим и параллельным мирами...

Некоторые исследователи, впрочем, полагают, что голубоглазый червь со свалки — не что иное, как обычный удав. Но удавов с глазами такого цвета и пушистой чешуей попросту не существует. Неужели Пауле М. все же довелось столкнуться с чем-то сверхъестественным?

Ирина ШЛИОНСКАЯ



В свое время я уже рассказывал читателям «Мира зазеркалья» о русалках, живших неподалеку от озера Селигер и не раз пытавшихся утянуть на дно кого-нибудь из искателей приключений, но то, что год спустя сам увижу подобную диву, правда в другом водоеме, я и предположить не мог. Произошло это минувшим летом на озере Защегорье.

Я путешествовал с друзьями по Валдаю. Привлеченные удивительной красотой этих мест, мы решили отклониться от основного маршрута и пожить денек-другой у небольшого уединенного лесного озера. Так мы оказались на Защегорье, где в тиши и умиротворении провели два дня. Возможно, мы задержались бы здесь еще на пару деньков, но неожиданное происшествие заставило нас покинуть эти места.

Как-то мне пришла в голову мысль половить рыбки. Я встал очень рано и, боясь разбудить товарищей, тихо отчалил на лодке, решив заодно встретить за столь приятным занятием рассвет. Я уже собрался было закинуть удочку, как вдруг увидел в воде очаровательную девушку. Она посмотрела на меня долгим ласкающим взглядом – и я сразу же забыл обо всем на свете, кроме нее. Еще чуть-чуть – и я бросился бы в воду прямо к загадочной красавице, но тут, на мое счастье, из палатки вылез один из товарищей. Он окликнул меня, наваждение спало, а прелестница мгновенно исчезла в пучине.

Позже все решили, что я действительно встретил русалку. Так как и спасший меня друг ясно видел очертания верхней части обнаженного человеческого тела, следовательно, галлюцинацией это быть никак не могло. Перед отъездом мы поинтересовались у местных жителей: не замечал ли кто-нибудь из них подобных нимф? Многие уверяли нас, что все это байки, однако нашлись и такие, кто либо сам лицезрел удивительных созданий, либо знает людей, встречавших русалок на Валдае и некоторых соседних озерах.

В мире существует немало водоемов, считающихся русалочьи-

Ныне в существование русалок верят немногие, однако это еще не повод считать, что смертоносные дивы с рыбьими хвостами живут лишь в фантастическом мире сказок и преданий. Свидетельств очевидцев, лично наблюдавших удивительных и таинственных созданий, а также истории о загадочной гибели некоторых людей не убедят разве что закоренелых материалистов.



СМЕРТЕЛЬНАЯ ОБЪЯТНАЯ РУСАЛКА

мание на этот водоем. К настоящему времени они собрали немало показаний очевидцев, не раз наблюдавших в Бальдегском озере русалок. Некоторые даже пытались заснять феномен на пленку, но, к сожалению, безрезультатно. Самые отчаянные пробовали поймать водяных нимф. Некому Карлу Морицу 7 лет назад удалось догнать и схватить одну из водяных девушек, но та сразу же выскользнула из его рук и скрылась на глубине. По его словам, на ощупь русалка была холодной

перестанут посещать эти края, хотели убрать таблички, но желающих отдохнуть на Бальдегском озере только прибавилось: многие теперь приезжают сюда специально, теша себя надеждой выследить русалок.

В России картина иная. Одни исследователи считают, что в нашей стране за последние 50 лет русалки стали причиной гибели как минимум 59 человек и не менее 350 очевидцам удалось чудом избежать смерти. По сведениям

Николай Колосов, Павел Папурин и Дмитрий Золотаревский. Николай погиб, когда, возвращаясь со свадьбы, решил сократить дорогу и пошел через лес. Павла и Дмитрия привело на озеро праздное любопытство, за что они в результате заплатились жизнью. Поскольку у всех троих на лицах блаженства, жители решили, что все-таки виной – русалки. Озеро забросили динамитом. При этом всплыло много мертвых

ясь. Михаилу Иванову стало страшно, и он задал стрекача, а вот его друг, Сергей Березин, наоборот, направился прямо к красоткам. Михаил пытался остановить приятеля, но Сергей довольно грубо оттолкнул его. Когда через пару часов туда пришли ведомые Ивановым вооруженные мужчины из деревни, было уже поздно: на черной водной глади виднелась лишь кепка Сергея. Труп несчастного нашли на следующий день. Селяне пригласили священников, и те провели обряды по изгнанию нечистой силы на проклятых болотах и озере. Больше русалок там никто не встречал...

Однозначно ответить на вопрос, кем же на самом деле являются русалки, пока что не могут ни парапсихологи, ни ученые. Те, кто придерживается мис-

тических версий, полагают, что русалками становятся по большей части погиб-

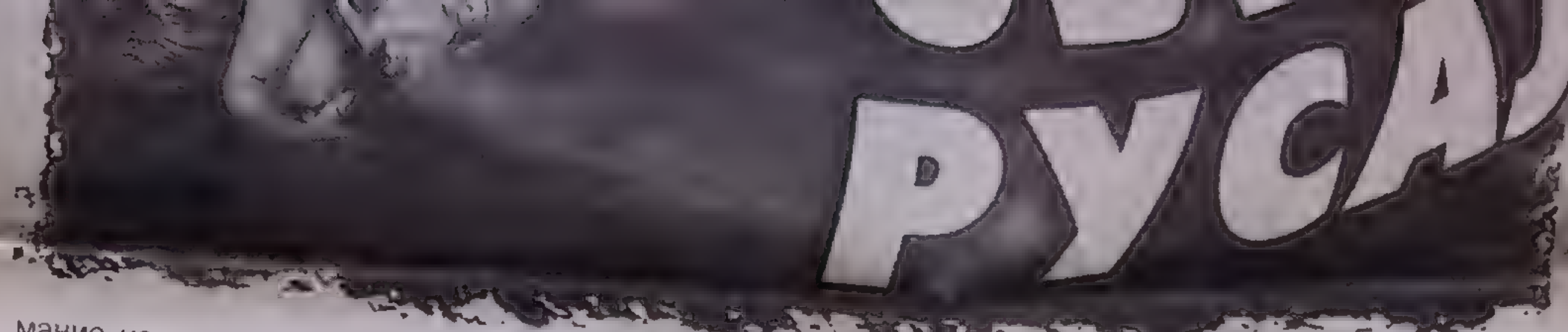
шие падшие женщины или самоубийцы. Согласно описаниям, нимфы не имеют «классических» рыбьих хвостов и внешне очень похожи на людей, только ступни у них приплюснутые, словно ласты. А вот по поводу того, призрак ли русалка, или некая сущность, захватившая материальное

тело и пользующаяся им в своих целях, исследователи расходятся во мнениях. Некоторые считают, что тела отдельных утонувших грешниц каким-то образом перерождаются в водяных монстров и существуют благодаря незримой поддержке дьявольских сил. Большинство же специалистов склоняются к версии, что русалки – нечто вроде материализующихся в водоемах и призраков заблудших душ, поселившихся после смерти в водоемах и подпитывающихся отрицательной энергией живых. Непроточная, застоявшаяся вода – для них наиболее благоприятная среда. Когда русалка материализуется, она может причинять зло людям, и если ей удастся кого-нибудь

...же забили обо всем, а свете, кроме нее. Еще чуть-чуть — и я бросился бы в воду прямо к загадочной красавице, но тут, на мое счастье, из палатки вылез один из товарищей. Он окликнул меня, наваждение спало, а прелестница мгновенно исчезла в пучине.

Позже все решили, что я действительно встретил русалку, так как и спасший меня друг ясно видел очертания верхней части обнаженного человеческого тела, следовательно, галлюцинацией это быть никак не могло. Перед отъездом мы поинтересовались у местных жителей: не замечал ли кто-нибудь из них подобных нимф? Многие уверяли нас, что все это байки, однако нашлись и такие, кто либо сам лицезрел удивительных созданий, либо знает людей, встречавших русалок на Валдае и некоторых соседних озерах.

В мире существует немало водоемов, считающихся русалочьими. Одно горное озеро Бальдегское, находящееся в Швейцарии, чего стоит! Туристы в этих местах пропадают очень часто. Их безжизненные тела потом, как правило, находят в озере. Официальные власти предпочитают списывать все на небрежность самих погибших: одни якобы полезли в воду, находясь в состоянии алкогольного опьянения, другие — не умея как следует плавать. Исследователи аномальных явлений давно обратили вни-



мание на этот водоем. К настоящему времени они собрали немало показаний очевидцев, не раз наблюдавших в Бальдегском озере русалок. Некоторые даже пытались заснять феномен на пленку, но, к сожалению, безрезультатно. Самые отчаянные пробовали поймать водяных нимф. Некому Карлу Морицу 7 лет назад удалось догнать и схватить одну из водяных девушек, но та сразу же выскользнула из его рук и скрылась на глубине. По его словам, на ощупь русалка была холодной и скользкой, ее тело покрывало то ли змеиную чешую, то ли жабы или человеческая кожа. Не так давно вокруг озера были расставлены таблички, предупреждающие туристов, что здесь водятся опасные твари и в вечернее и ночное время лучше держаться подальше от воды. Поначалу местные воротилы туристического бизнеса, опасавшиеся, что путешественники

перестанут посещать эти края, хотели убрать таблички, но желающих отдохнуть на Бальдегском озере только прибавилось: многие теперь приезжают сюда специально, теша себя надеждой выследить русалок.

В России картина иная. Одни исследователи считают, что в нашей стране за последние 50 лет русалки стали причиной гибели как минимум 59 человек и не менее 350 очевидцам удалось чудом избежать смерти. По сведениям других, и жертв, и спасшихся было вдвое больше, третьи же утверждают, что, наоборот, на треть меньше.

Из отечественных ЧП одно хотелось бы отметить особо. Летом 1995 г. неподалеку от деревни Вознесенки, что в Красноярском крае, с интервалом в месяц в лесном озере Черное погибли три человека:

Николай Колосов, Павел Папурин и Дмитрий Золотаревский. Николай погиб, когда, возвращаясь со свадьбы, решил сократить дорогу и пошел через лес. Павла и Дмитрия привело на озеро праздное любопытство, за что они в результате поплатились жизнью. Поскольку у всех троих на лицах застыло выражение неземного блаженства, жители решили, что все-таки виной — русалки. Озеро забросили динамитом. При этом всплыло много мертвой рыбы, а также труп неизвестного мужчины, опознать который так и не смогли, русалок же обнаружить не удалось. Вскоре два местных парня вечером случайно забрели на лесное болото, находившееся неподалеку от озера Черное, и повстречали там трех красивых обнаженных девушек. Прелестницы пошли навстречу юношам, зазывно улыба-

ли русалка и некая сущность, захватившая материальное тело и пользующаяся им в своих целях, исследователи расходятся во мнениях. Некоторые считают, что тела отдельных утопших грешниц каким-то образом перерождаются в водных монстров и существуют благодаря незримой поддержке дьявольских сил. Большинство же специалистов склоняются к версии, что русалки — нечто вроде материализующихся время от времени призраков заблудших душ, поселившихся после смерти в водоемах и подпитывающихся отрицательной энергией живых. Непроточная, застоявшаяся вода — для них наиболее благоприятная среда. Когда русалка материализуется, она может причинять зло людям, и если ей удастся кого-нибудь загубить, украденной энергии погибшей жертвы хватает надолго. Имеется и материалистическое объяснение этого явления. Некоторые ученые всерьез полагают, что русалки — это некий не известный науке вид живых существ, очень близкий к человеку. Кто из них прав, быть может, удастся выяснить в недалеком будущем.

Алексей ХУДЯКОВ

САМЫЙ СЕКСУАЛЬНЫЙ ДЕД

Развод нынче не в диковинку. И когда судья из Мельбурна, рассматривая очередное прошение о разводе, наткнулся вдруг на слова «сексуальная несовместимость», он лишь пожал плечами: мало ли кто кого не удовлетворяет. Но стоило ему обратить внимание на возраст супругов, он аж подпрыгнул в кресле. Еще бы! 83-летний мужчина подал на развод из-за того, что его 75-летняя жена не хочет заниматься с ним любовью... трижды в день. Обезумел он, что ли, этот старикан?!

— Да никакой он не безумец! — говорит, всхлиывая, Энн Куинсли. — Я люблю Джека, мы женаты уже 55 лет, а теперь ему вдруг вздумалось уйти от меня. Мне кажется, это какой-то кошмарный сон, который обязательно должен сойтись.



Супружеская жизнь Энн и Джека более 50 лет протекала без особых трений. Они воспитали 3 детей, которые подарили им 7 внуков и внучек. Трещина появилась 3 года на-

зад, когда муж перестал заниматься бизнесом. По словам жены, ему стало скучно, и он буквально извел ее «гнусными» предложениями. Джек хочет заниматься сексом утром, днем и вечером. 75-летняя женщина изо всех сил старалась его ублажить, но 83-летний муженек просто ненасытен:

— Он хватается даже гостей, я сгораю от стыда!

Энн обратилась к доктору, но врач ничем существенным помочь ей не смог, констатировав лишь, что это действительно необычный случай, когда мужчина за 80 вдруг начинает уподобляться мартовскому коту.

— Я верю, что Джек любит меня, — говорит Энн, — и готова ублажать его, но только... один раз в день, больше я уже не потяну. Возраст не тот, да и за 55 лет устала чуток. И как только Джек этого не понимает?!

Алексей ВАЛЕНТИНОВ

ЛЕТАЮЩИЙ КРОЛИК

Пилот пассажирского лайнера собирался, как обычно, приземлиться в мексиканском аэропорту, причем до земли оставались считанные метры, и вдруг о ветровое стекло кабины ударился кролик.

По мнению экспертов, его обронил орел, выпустивший добычу, чтобы избежать столкновения с крылатой машиной. Посадка прошла без осложнений.

НУ ОЧЕНЬ РАЗГОВОРЧИВАЯ...

Как-то воры залезли в квартиру Юлии Роллингз, пожилой англичанки, и унесли из дома все, что только можно, даже ее собеседника — попугая по кличке Лори.

Однако уже на следующий день болтливая птица как ни в чем не бывало сидела на подлокотнике кресла. Специалисты-орнитологи сомневаются в том, чтобы она, сбежав от вора, сама возвратилась домой. По их мнению, произошло следующее: грабитель тайком принес ее обратно, потому что устал слушать бесконечную болтовню Лори.

СИЛЬНЫЙ ДУХОМ

К удивлению медиков, тибетский монах из Лхасы, которому грабители нанесли ножовое ранение в сердце, все-таки выжил. Святой человек рассказал хирургам, что он воспользовался древней системой врачевания с помощью психической энергии, и показал скептически отнесшимся к его словам врачам, как это делает.

58-летний монах закрыл глаза и начал читать молитву. В считанные минуты несколько поверхностных порезов на его руке и животе, сделанных специально, исчезли прямо на глазах у удивленного персонала госпиталя.

МОЗДАМКА

Некогда кельтские народы исповедовали друидизм. Смысл этой религии заключался в почитании природы и поклонении духам деревьев, трав и цветов. Друиды (жрецы у древних кельтов) утверждали, что у каждого из нас, в зависимости от даты рождения, есть свой друг в растительном царстве. Общение с ним благотворно влияет на ауру, поскольку его биоэнергия созвучна нашей, и прибавляет нам сил. Такое растение не плохо иметь и дома, и в своем саду.

1 – 10 января

Горечавка желтая. Цветок символизирует летнее тепло. Придает характеру некоторую таинственность и гордость. Человек кажется непонятым окружающим, но это не более чем определенная манера держаться. Внутренне он довольно прост. Причина его скрытности и замкнутости – обыкновенная застенчивость. Этот человек упорно идет к своей цели, несмотря ни на что, и в конце концов добивается того, о чем мечтает. Ему следует опасаться холодной погоды.

11 – 20 января

Чертополох. Человек часто берет на себя непосильные обязательства, от которых сам же потом и отказывается. Он производит двойственное впечатление – надежного и ветреного одновременно, поэтому доброта чертополоха обычно видна не всем. Он прекрасный друг и семьянин, по натуре исполнитель. Предрасположен к гипертонии.

21–31 января

Бессмертник. Дает человеку большую внутреннюю силу. Рожденный под этим знаком эlegantен, следит за модой, но у него довольно много недоброжелателей, и лишь удивительная энергичность помогает ему справиться с проблемами завистников.

1–10 февраля

Омела. Наделяет рожденных под этим знаком несколько авантурным характером. Женщины способны обворожить любого. Мужчинам показано следить за своей внешностью и заниматься спортом, если они по-прежнему хотят пользоваться успехом у противоположного пола.

11–19 февраля

Крессавка. Рожденные под этим знаком охотно хранят свои секреты. По натуре добрые и щедрые, но в делах очень осторожны.

В трудную минуту этих людей могут подвести лишь эмоции.

1–10 апреля

Магнолия. Невероятное честолюбие, желание всегда и везде быть первыми – вот отличительные черты людей, рожденных под этим знаком. Чтобы упрочить свое положение, магнолии стоит больше прислушиваться к советам окружающих.

11–20 апреля

Гортензия. Великодушие, щедрость, умение получать удовольствие от жизни делают ее путь веселым и стремительным. Но у гортензии много недоброжелателей, которых раздражает широта ее души.

21–30 апреля

Георгин. Георгин дает спокойствие в сочетании с умением отстаивать свои интересы.

тую произвольно, чем приносит беду окружающим. В результате ромашка нередко остается одна, хотя, пользуясь своей привлекательностью, может многого добиться за счет друзей.

1–11 июня

Колокольчик. Дарит умение находить радости в малом, ценить и беречь то, что имеешь. По натуре консерватор, любит спокойную, размеренную жизнь. Его счастье – в семье.

12–21 июня

Маргаритка. Тиха, умна, расчетлива, практична. Она скорее наблюдает, чем действует.

только ее заметят. Умеет взять от жизни то, что хочет, но часто переоценивает свои силы и способности, и в результате ей снова приходится прятаться в тень.

24 июля–2 августа

Шиповник. Дает человеку умение отстаивать свои интересы, защищаться от недругов и завистников, а также красоту и обаяние, что помогает добиваться удачи и счастья во всех областях жизни.

3–12 августа

Подсолнух. Достигает успеха благодаря покровительству сильной и удачливой личности. Подобно тому, как подсолнух поворачивается за солнцем, так и этот человек в первую очередь ищет уют и тепло.

дика сможет добиться успеха во всех областях жизни.

12–22 сентября

Астра. Подобно звезде на ночном небе, астра озаряет своим нежным светом все, с чем соприкасается. Ее оптимистичный и жизнерадостный характер ценят и начальство, и подчиненные. Как сложится жизнь астр, во многом зависит от тех целей, которых они стремятся достичь.

23 сентября–3 октября

Вереск. Капризность и тяга к изысканному – черты рожденных в это время. Их удача – в умении все делать качественно и профессионально. Неплохие друзья. Жизнь всегда будет ставить их в определенные рамки, за пределы которых им не вырваться.

4–13 октября

Камелия. Утонченность в сочетании с мужественностью натуры дают очень интересный характер. В поведении им свойственны артистизм и детская непосредственность. Счастье камелии – в умении найти свой круг друзей и свое место в жизни.

14–23 октября

Сирень. Символ расцвета, свежести, молодости. Старательная и целеустремленная, сирень с удовольствием помогает другим. В зрелости ее жизнь станет более интересной, особенно если учесть, что люди, рожденные под этим знаком, и в зрелые годы выглядят довольно молодо.

24 октября–2 ноября

Фрезия. Дает людям бесстрашие, настойчивость, упрямство. При недостаточном такте это может привести к конфликтам с окружающими. Люди, рожденные под этим знаком, умеют нравиться, благодаря чему довольно быстро продвигаются по службе. Им бы чуть-чуть побольше дипломатичности, и тогда их ждет счастье и на работе, и дома.

3–12 ноября

Орхидея. Ум, проницательность, умение скрывать свои истинные намерения придают орхидеям таинственность и загадочность. Различные сомнения приводят к стычкам с близкими и из-

Цветы – это маленькое чудо, они приносят в дом радость, ощущение счастья и... удачу. Найти свой зеленый талисман, а заодно и узнать

ВАШИ

ЗВЕЗДА

обычно видна не всем. Он прекрасный друг и семьянин, по натуре исполнитель. Предрасположен к гипертонии.

21-31 января

Бессмертник. Дает человеку большую внутреннюю силу. Рожденный под этим знаком элегантен, следит за модой, но у него довольно много недоброжелателей, и лишь удивительная энергичность и умение справиться с проблемами заставляют его выжить.

1-10 февраля

Омела. Наделяет рожденных под этим знаком несколько авантурным характером. Женщины способны обворожить любого. Мужчинам показано следить за своей внешностью и заниматься спортом, если они по-прежнему хотят пользоваться успехом у противоположного пола.

11-19 февраля

Красавка. Рожденные под этим знаком свято хранят свои секреты. По натуре добрые и щедрые, они тем не менее довольно скрытные, что называется, себе на уме. Счастье красавки целиком зависит от ее работоспособности.

20-28 февраля

Мимоза. Люди, рожденные в это время, отличаются повышенной чувствительностью. Они тяжело переживают, если их недооценивают. Могут достичь очень многого в жизни, если будут вовремя замечены и поддержаны окружающими людьми. Но в работе мимоза — одиночка и редко прибегает к помощи коллег, что может подорвать ее здоровье.

1-10 марта

Мак. Как правило, очень красив, к нему легко попасть в сети, но тяжело из них выбраться. Несмотря на это, его жизненный путь усеян терниями. Мак легкораним, ему нужно научиться верить в себя, свои силы, иначе он не сможет добиться успеха ни в чем. Для здоровья ему показано вегетарианство.

11-20 марта

Лилия. Она очаровательна и прекрасно это осознает. Умеет нравиться людям. Жизнь лилий редко бывает стабильной, так как наибольшее удовольствие они получают именно от смены ритма существования и партнеров.

21-31 марта

Наперстянка. Дает человеку большую внутреннюю силу, которая обычно скрыта от других людей и проявляется лишь в особых ситуациях. Но стоит рожденному в этот период хотя бы однажды осознать свою мощь, он будет и дальше уверенно идти по жизни, всецело полагаясь на свой интеллект.

Цветы — это маленькое чудо, они приносят в дом радость, ощущение счастья и... удачу. Найти свой зеленый талисман, а заодно и узнать о чертах характера окружающих вас людей поможет наш цветочный гороскоп, называемый иногда гороскопом друидов.

ВАШ ЗВЕЗДНЫЙ ЦВЕТOK

вать свои интересы — качества, очень полезные в жизни и помогающие человеку всегда держаться золотой середины. Помешать счастью георгина может только его максимализм. Ему не стоит всецело полагаться на свою удачу там, где требуется трезвый расчет.

1-10 мая

Ландыш. Этим людям свойственны сердечность и душевная теплота. Им нужен партнер-защитник, способный поддержать в трудную минуту. В делах ландыш добивается успеха благодаря своему трудолюбию.

11-21 мая

Портулак. Он очень умен, но, к сожалению, одновременно и недоверчив, осторожен, всегда ждет подвоха, даже от любимого человека. Портулаку надо учиться применять свой ум себе на пользу, и тогда его жизнь будет легкой и счастливой.

22-31 мая

Ромашка. Она нравится всем и многого добивается с помощью своего обаяния. Обожает плести интриги, причем делает это зачас-

татель, чем участник. В водоворот событий ее, как правило, вовлекают те, кто находится с ней рядом, поэтому счастье маргаритки целиком и полностью зависит от окружающих.

22 июня-1 июля

Тюльпан. Дает человеку энергичность и страстность, которые заставляют его искать любовных приключений. Самолюбие и избыток жизненных сил часто толкают их на авантюры, которых можно было бы избежать, трезво обдумав ситуацию. Тюльпан тянет на себе всю семью, не замечая, насколько тяжело с ним окружающим. Для полного счастья тюльпану необходимо соблюдать меру во всем.

2-12 июля

Кувшинка. Натура многогранная, развита и интеллектуально, и физически, очень эмоциональна. У таких людей на жизненном пути всегда множество препятствий, которые они с легкостью преодолевают, совершенствуясь в борьбе.

13-23 июля

Фиалка. Обычно прячется в тени, чтобы выглянуть оттуда, как

та и комфорта. Успехи его не ослепляют, конфликты не останавливают.

13-23 августа

Роза. Обаяние и умение нравиться — два великих дара, которыми наделяет людей роза. Ее успех и удача сильно зависят от ее окружения. Розе нужен садовник, который присмотрит за ней, иначе она растратит свои силы и здоровье на дешевый блеск.

24 августа-2 сентября

Дельфиниум. Человек, очень придирчиво относящийся к другим. Если это будет сочетаться со столь же высокой требовательностью к себе самому, во второй половине жизни он добьется больших успехов и счастья. Этим людям показаны профессии, где необходимо соблюдать точность и жестко контролировать все происходящее.

3-11 сентября

Гвоздика. Прямота и честность — наиболее привлекательные черты характера этих людей. Если прибавить еще и умение промолчать там, где нужно, гвоз-

дикой, и в зрелые годы выглядят довольно молодо.

24 октября-2 ноября

Фрезия. Дает людям бесстрашие, настойчивость, упрямство. При недостаточном такте это может привести к конфликтам с окружающими. Люди, рожденные под этим знаком, умеют нравиться, благодаря чему довольно быстро продвигаются по службе. Им лишь чуть-чуть побольше дипломатичности, и тогда их ждет счастье и на работе, и дома.

3-12 ноября

Орхидея. Ум, проницательность, умение скрывать свои истинные намерения придают орхидеям таинственность и загадочность. Различные сомнения приводят к стычкам с близкими и начальством, но необычайный ум и знание психологии других людей, даруемые орхидеей, позволяют этим людям с честью выходить из самых сложных ситуаций.

13-22 ноября

Пион. Дает хорошее здоровье, сексуальную притягательность, большую внутреннюю силу. Этим людям противопоказан покой.

23 ноября-2 декабря

Гладиолус. Дает исполнительность, трудолюбие, такт. Этот цветок кажется сильным и стойким, но на самом деле очень нежен. Так и человек, несмотря на необычайную выносливость, нуждается в ласке и понимании близких людей. При умелом руководстве он может добиться очень многого.

3-12 декабря

Одуванчик. Любит перемены, веселье и радость, не может жить без внимания окружающих. Из-за этого одуванчики часто бывают экстравагантными. Он — хороший специалист, и его ценят на работе.

13-22 декабря

Лотос. Цветок магический. Человек, которому он дает свои силы, вызывает к себе любовь и уважение. Ему везет, пока он уверен в собственных силах и правоте своего дела. Стоит ему немного усомниться, и его счастье рушится. Сильные эмоции губительны для здоровья лотоса.

23-31 декабря

Эдельвейс. Дает дружелюбие, умение поддержать других в трудную минуту, выносливость. Но человеку, рожденному под этим знаком, порой и самому нужны поддержка и помощь друзей.

Наталья БЕРЕГИНА



Григорий ГРАБОВОЙ

Применяет ясновидение для решения различных проблем. Исцеляет от острых, хронических, тяжелых заболеваний и новообразований. Проводит восстановление разрушенной ткани. Омолаживает. Корректирует будущее в необходимом направлении. Обучает ясновидению, целительству и дистанционному управлению по своей системе спасения. Оптимизирует бизнес.

Грабовой Григорий Петрович окончил факультет прикладной математики и механики Ташкентского государственного университета. В Москве получил медицинское образование по специальности «лечебное дело». Автор открытой области создания. Открытие сертифицировано в Международной регистрационной палате. Грабовой Григорий Петрович — академик Международной академии информатизации, АЧ ООН, академик Нью-Йоркской академии наук, академик Итальянской академии наук, академик Академии медико-технических наук России, почетный академик Российской академии космонавтики, академик Российской академии естественных наук, доктор наук РАЕН, доктор технических наук, доктор физико-математических наук, профессор, доктор философии, член Профессиональной психотерапевтической лиги, советник ФАС России. Ясновидящий, целитель и специалист по энергоинформатике. Награжден серебряной медалью И.П. Павлова «За развитие медицины и здравоохранения». Имеет сертификат присуждения звания «Лучший целитель» по направлению «Биоэнергоинформатика и прогнозирование». Лауреат конкурса Международной академии наук о природе и обществе, награжден медалью Петра Первого «За заслуги в деле возрождения науки и экономики России» и медалью «За развитие культуры и искусства». Награжден высшей наградой Международного межакадемического союза «Звезда Вернадского» за заслуги в науке. Награжден орденом Святого Станислава, являющегося государственным орденом России с 1831 года.

Факты спасения Григорием Грабовым людей и техники своими способностями энергоинформационного управления зафиксированы сотнями свидетелей, ООН, авиакомпаниями, Центром управления космическими полетами России, правительственными структурами и медицинскими учреждениями. В сотнях различных протоколов установлены способности Григория Грабового дистанционно (на любом расстоянии) точно диагностировать людей и технику, излечивать и управлять материей, спасать от тяжелых болезней и катастроф.

Реализуются три книги Григория Грабового «Практика управления. Путь спасения», содержащие заверенные протоколы результатов работ Григория Грабового, располуженные таким образом, что последовательное чтение книг исцеляет и оптимизирует ваши события. Книги выпущены издательством А.В. Калашникова. К книгам прилагаются диски, содержащие тексты трехтомника, и цифровой файл контроля за оптимизацией. Чтение трехтомника передает знания пути спасения через реальную практику спасения. В трех томах расположены факты работ, которые провел Григорий Грабовой, применяя свои способности ясновидения, целительства и дистанционного управления материей, передающие в неявном виде информацию о прошлом, будущем, способах спасения и способах обучения ясновидению, целительству и управлению. В первом томе расположены факты точной диагностики самолетов и вертолетов гражданских авиакомпаний, космической техники, производственных процессов, договор об экстрасенсорной диагностике самолетов президента, членов правительства страны и пассажиров этих самолетов. Во втором томе расположены факты дистанционного управления материей. В третьем томе расположены факты диагностики людей, излечения от различных заболеваний (включая излечения от рака 4-й степени и СПИДа 4-й степени); восхождения. Свидетельства трехтомника о результатах Григория Грабового в области ясновидения, дистанционного целительства и управления событиями подписаны очевидцами, заверены печатями организаций, нотариально, в ООН.

Содержание трехтомника по листам:

Том 1: листы с 4 по 6: дипломы; с 7 по 9: сертификаты лицензии; с 10 по 200: работы в УГА; с 201 по 206: договор на экстрасенсорную диагностику самолетов, используемых для полетов президента и членов правительства, и на экстрасенсорную диагностику пассажиров этих самолетов; с 207 по 216: договор о совместной деятельности; с 217 по 224: договор о восстановлении здоровья летного состава бесконтактным дистанционным способом; 225, 226: свидетельства; с 227 по 233: работы на ФМЗ; с 234 по 237: свидетельство о диагностике ТУ-144; с 238 по 241: протоколы диагностики космической техники из Центра управления полетами.

Том 2: листы с 251 по 283: встречи; с 284 по 290: диагностика шахт и машин; с 291 по 303: диагностика и воздействия в области программно-аппаратных средств и компьютеров; с 304 по 387: применение способностей ясновидения и дистантного управления для спасения от аварии, описание событий разных времен, управление событиями, погодой, машинами, НЛО, получения ответов без решения задач математики, физики, химии; с 388 по 418: ясновидение, предсказания и скрытое управление в бизнесе; с 419 по 472: телепортация, материализация, дематериализация.

Том 3: листы с 481 по 604: диагностика людей; с 605 по 704: исцеления от заболеваний; с 705 по 712: исцеление от СПИДа 4-й степени; с 713 по 755: исцеление от рака 4-й степени; с 756 по 761: восстановление жизни человека после его биологической смерти.

Издательством реализуются труды Г.П. Грабового «Прикладные структуры создающей области информации» и «Унифицированная система знаний».

С помощью дисков, содержащих факты практики спасения, проведенной Григорием Грабовым, производится цифровая диагностика восстановления человека на клеточном уровне.

Запись на прием к Григорию Грабовому в г. Москве производится по телефонам: (095) 796-48-88, 796-70-99.

С ЛЮБИМЫМИ НЕ РАССТАВАЙТЕСЬ!

Не многие знают, что Старый Арбат и его окрестности — самая энергетически благоприятная зона в Москве для свершения магических обрядов. Не зря в одном из переулков этого удивительного места — Большом Николопесковском — несколько лет назад был основан центр магии «ИСТИНА» (телефоны 241-96-31, 241-99-15), специалисты которого — сестры ХМЕЛЬНИЦКИЕ — уже помогли огромному количеству людей вернуть благополучие, любовь и удачу.

Решение проблем, с которыми обращаются люди в центр, очень индивидуально и требует изучения конкретной ситуации. Семейные проблемы — это крик о помощи, и многое здесь зависит от самого человека, его терпения, цели, к которой он идет. У каждого свои горести. Изначально здесь стараются объяснить, почему возникают проблемы в семьях, почему оказываются на грани развала браки и уходит любовь, и только затем репают, что нужно сделать, чтобы жизнь изменилась к лучшему.

Другая ситуация: проклятие, произнесенное с именем человека, передается на многие поколения, оно не может не задеть судьбу. Отсюда «венец безбрачия» и многое другое. При снятии сглаза или порчи зачастую они возвращаются, подобно бумерангу, к тому, кто их сделал. И это правило надо помнить тем, кто желает зла человеку!

Могущество заговорного слова практически безгранично, оно способно творить чудеса. Уникальность методики специалистов заключается в том, что она позволяет скорректировать судьбу человека исходя из его пожеланий и для этого не нужно иметь фотографию, т.к. многие виды магии, по которым работают сестры ХМЕЛЬНИЦКИЕ, существуют несколько тысячелетий. Таким образом вы сможете помочь не только себе, но и своим близким. Применяя колдовское искусство и совершенствуя магические способности, специалисты центра помогут вам разобраться в хитросплетениях жизненных линий и судеб.

На протяжении полутора веков род ХМЕЛЬНИЦКИХ успешно помогал людям познать истину. Отсюда и название этого крупного центра магии.

Секретари центра ознакомят вас с условиями приема ежедневно с 9.00 до 21.00 по тел.:

241-96-31, 241-99-15.

ПОЗНАЙТЕ ИСТИНУ!

Свид. № 3/9636.

ИНТЕРЕСНО и НЕДОРОГО



17 июля в продаже появится очередной номер еженедельника «Мир ТВ и кино», в котором вы найдете подробную телепрограмму, тематические подборки передач, новинки видео-рынка с анонсами, репертуар московских кинотеатров с ценами на билеты и, конечно же, гороскоп юмора.

ХОТИТЕ БЫТЬ СЧАСТЛИВЫМ?

Звоните:

(095) 291-66-27

9.00 – 21.30 (ежедневно).

Быстродействующие

БЕЗГРЕШНЫЕ ПРИВОРОТЫ.

ПРОВЕРЕННЫЕ МЕТОДЫ!

Свид. № 3/9636.

БЫСТРЕЕ! ДЕШЕВЛЕ! ПРАКТИЧНЕЕ!

МУИПЦ

Госаккредитация. Профессии психолога, психотерапевта. Очно, заочно, ускоренно. Диплом государственного образца.

Приглашаем местных координаторов.

Тел. (095) 393-70-03, с 9 до 13 час.

Для писем: 115573, Москва, а/я 48.

ЯСНОВИДЕНИЕ

этих самолетов. Во втором томе расположены факты дистанционного управления материей. В третьем томе расположены факты диагностики людей, излечения от различных заболеваний (включая излечения от рака 4-й степени и СПИДа 4-й степени); воскрешения. Свидетельства трехтомника о результатах Григория Грабового в области ясновидения, дистанционного целительства и управления событиями подписаны очевидцами, заверены печатями организаций, нотариально, в ООН.

Содержание трехтомника по листам:

Том 1: листы с 4 по 6: дипломы; с 7 по 9: сертификаты лицензии; с 10 по 200: работы в УУТА; с 201 по 206: договор на экстрасенсорную диагностику самолетов, исполняемых для полетов президента и членов правительства, и на экстрасенсорную диагностику пассажиров этих самолетов; с 207 по 216: договор о совместной деятельности; с 217 по 224: договор о восстановлении здоровья летного состава бесконтактным дистанционным способом; с 225 по 228: свидетельства; с 229 по 233: работы на ФМЗ; с 234 по 237: свидетельства о диагностике; с 238 по 241: протоколы диагностики космической техники из Центра управления полетами.

Том 2: листы с 251 по 283: встречи; с 284 по 290: диагностика шахт и машин; с 291 по 303: диагностика и воздействия в области программно-аппаратных средств и компьютеров; с 304 по 387: применение способностей ясновидения и дистантного управления для спасения от аварии, описание событий разных времен, управление событиями, погодой, машинами, НЛО, получения ответов без решения задач математики, физики, химии; с 388 по 418: ясновидение, предсказания и скрытое управление в бизнесе; с 419 по 472: телепортация, материализация, дематериализация.

Том 3: листы с 481 по 604: диагностика людей; с 605 по 704: исцеления от заболеваний; с 705 по 712: исцеление от СПИДа 4-й степени; с 713 по 755: исцеление от рака 4-й степени; с 756 по 761: восстановление жизни человека после его биологической смерти.

Издательством реализуются труды Г. П. Грабового «Прикладные структуры создающей области информации» и «Унифицированная система знаний».

С помощью дискет, содержащих факты практики спасения, проведенной Григорием Грабовым, производится цифровая диагностика восстановления человека на клеточном уровне.

Запись на прием к Григорию Грабовому в г. Москве производится по телефонам: (095) 796-48-88, 796-70-99.

Приобретение восстановительного комплекса, книг и методик Григория Грабового по телефону: (095) 961-09-77, E-mail: avk@mail@org.ru

Лицензия Комитета здравоохранения Москвы серии ЦЛМД № 8328/8324

• Информация в Интернете по адресу: www.Grigori-Grabovoi.ru



продаже появиться очередной номер еженедельника «Мир ТВ и кино», в котором вы найдете подробную телепрограмму, тематические подборки передач, новинки видеорынка с анонсами, репертуар московских кинотеатров с ценами на билеты и, конечно же, гороскоп, юмор, сканворд. И все это по очень доступной цене!

(095) 291-66-27
9.00 – 21.30 (ежедневно).
Быстродействующие
БЕЗГРЕШНЫЕ ПРИВОРОТЫ!
ПРОВЕРЕННЫЕ МЕТОДЫ!
Свид. № 3/0630

БЫСТРЕЕ! ДЕШЕВЛЕ! ПРАКТИЧНЕЕ!
МУИЦ
Госаккредитация. Профессии психолога, психотерапевта. Очно, заочно, ускоренно. Диплом гособразца.
Приглашаем местных координаторов.
Тел. (095) 393-70-03, с 9 до 13 час.
Для писем: 115573, Москва, а/я 48.

ЯСНОВИДЯЩАЯ
СНИМЕТ ПОРЧУ
368-64-79

ГАДАЮ:
КОФЕ, КАРТЫ
Тел. 976-97-98.

«ЗОРОАСТРИЙСКИЙ ИНСТИТУТ АСТРОЛОГИИ ПАВЛА ГЛОБЫ»

Объявляет прием слушателей на заочное отделение. Возраст не ограничен. По окончании обучения выдается диплом астролога. Обучение платное.
Вопросы и заявки направлять по адресу: 123480, г. Москва, Д-480, а/я 58 или www.globa.love.ru e-mail: zia@love.ru

Гадаю, снимаю порчу, сглаз
Помогаю в бизнесе и в семейных проблемах.
Бабушка Мария.
Тел. (095) 392-51-52.

Пишущие машинки
электронные и механические
Расходные материалы
к пиш. машинкам, принтерам, копирам и факсам
г. Москва, ул. Б. Дорогомиловская, д. 4
Тел.: (095) 243-70-90, 243-12-08

Министерство связи РФ "Роспечать"		42575									
АБОНЕМЕНТ на газету		(индекс издания)									
Мир зазеркалья		Количество комплектов									
на 2000 год											
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Куда		(почтовый индекс)		(адрес)							
Кому		(фамилия, инициалы)									
ДОСТАВОЧНАЯ КАРТОЧКА											
на газету		42575									
(индекс издания)		ПВ место									
Мир зазеркалья											
Стоимость	подписки пересылки	руб. коп.	Колличество комплектов								
на 2000 год											
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Куда		(почтовый индекс)		(адрес)							
Кому		(фамилия, инициалы)									

Продолжается
подписка на газету
«Мир зазеркалья»
на вторую половину 2001 г.
Вы можете подписаться
на всей территории
РФ и СНГ
в любом отделении связи
по «зеленому»
Объединенному каталогу
Госкомсвязи
(агентство АРСМИ).
Каталожная стоимость
подписки
(без учета почтовых услуг):
на 1 мес. – 11 р. 33 коп.,
на 6 мес. – 67 р. 98 коп.
Подписной индекс
42575.

У давна фамильные драгоценности являлись одним из главных атрибутов любого рода (после герба и замка) и бережно передавались из поколения в поколение. Драгоценные металлы, так же как и камни, обладают способностью впитывать энергию и информацию, поэтому чем стариннее драгоценность, тем больше ее сила. Не случайно женщины часто носили фамильные драгоценности своих супругов: таким образом и ее саму, и потомство энергетически подпитывала сила рода, которая благодаря этому не только не иссякала, а, наоборот, возрождалась в каждой новой душе. Потому ребенок мужского пола, особенно первенец, являлся наследником и преемником власти: считалось, что в нем сосредотачивается наибольшее количество родовой силы.

Времена изменились. Фамильные украшения начали переходить от одного рода к другому, что серьезно ослабило людей, так как камни и драгоценные металлы из-за смешения информации прекратили излучать чистую, положительную энергию, к тому же поток ее стал хаотичным, а хаос, как известно, всегда порождает зло. Они по-прежнему оказывали влияние на людей, но передавали им уже не только силу. Драгоценности — это такие же живые существа, как и мы с вами. Чем больше в роду человека намешано наций, тем сложнее его судьба. С одной стороны, он ощущает поддержку нескольких народов, с другой — ни одна из этих сил не реализуется в нем на сто процентов. А теперь представим себе, что творится с драгоценностями, которые перешли от одной семьи к другой. В них начинается накапливаться информация обо всех родах, которым они когда-либо принадлежали, следовательно, на судьбу хозяина подобного украшения, хочет он того или нет, будет влиять весь этот поток, способный из-за своей хаотичности серьезно испортить ему жизнь. Остановить такой процесс крайне трудно, а порой и просто невозможно. Поэтому в наше время следует быть особенно аккуратным с фамильными вещами, так как сегодня уже мало кто знает, откуда берется его род и какая судьба

та. Тетя рассказала племяннице, что это украшение носила еще ее бабушка, потом мама, а теперь оно принадлежит ей. Кольцо было очень массивным и закрывало почти всю фалангу пальца. На просьбу Ирины поддержать драгоценность тетя ответила отказом и рассказала о предупреждении бабушки: в этом кольце заключена дьявольская сила, и тот,

Покупая в антикварном магазине старинное украшение или получая его в подарок, имейте в виду, что металл и камни, из которых оно изготовлено, могут веками хранить негативную информацию о своих прежних владельцах. Такое украшение вполне способно испортить жизнь своему новому хозяину.

кто хотя бы раз поддержит его в руке, никогда не сможет забыть о нем, кольцо будет тянуть человека к себе до тех пор, пока он не станет его обладателем. «Но тебе, дорогая, это не грозит, так как кольцо обручальное, а ты еще слишком молода,

ночник и лежало то самое кольцо, которое так пленило девушку. Ирина взяла его в руки и даже попробовала надеть на палец. Как ни странно, оно оказалось ей впору, словно специально для нее сделано. Украшение было тяжелым, но приятно обвешивало

ру, за мужество, которым она так гордилась, оказалось неудачным.

Ирине исполнилось 28, когда она решила выйти замуж. Как-то в разговоре с тетей на вопрос

не своему мужу. В какой-то момент ей показалось, что если бы не кольцо, то она бы и не вышла замуж. После свадьбы Сергей, так звали мужа Ирины, укорил супругу, что она отказалась от кольца, которое купил он, в пользу старомодного украшения. Это была их первая ссора, но, к сожалению, не последняя. Вскоре скандалы стали настолько частыми, что казалось, они не прекратятся никогда. Через год союз Ирины и Сергея распался. Ирина полностью посвятила себя работе, решив, что не создана для семейной жизни. Шли годы, она сделала блестящую карьеру, и только кольцо на пальце омрачало ее радость, напоминая о том, что не во всех сферах жизни ей сопутствует удача. Ирина не могла понять, почему до сих пор носит обручальное кольцо, ведь она уже не замужем. Она по-прежнему ездила в гости к своей любимой тете. В очередной свой приезд Ирина вдруг завела разговор о кольце. Тетя, которая раньше избегала таких бесед, неожиданно рассказала племяннице, что все обладательницы этого кольца добились больших успехов в карьере, но личная жизнь ни у одной из них не сложилась. «Я надеялась, что, может быть, у тебя все будет по-другому», — грустно закончила она. На мгновение Ирина лишилась дара речи, но через несколько секунд пришла в себя и обрушила на тетю поток обличительных упреков. Тетя спокойно выслушала Ирину, после чего спросила: «Зачем же ты брала кольцо в руки?» В комнате воцарилась тишина. Ирина вспомнила, как, будучи совсем девчонкой, украдкой надела кольцо на палец. Она точно знала, что никому не рассказывала об этом. Откуда же тетя узнала? Та невозмутимо ответила: «Мне обо всем поведало кольцо. Со мной произошла такая же история. А ведь я предупреждала тебя о его дьявольской силе».

Любые украшения из натуральных камней и драгоценных металлов несут в себе определенную силу, способную влиять на нашу жизнь. Насколько металл или камень подходит человеку, настолько он сможет улучшить его судьбу. Сила украшения возрастает много раз, если оно вдобавок

ЛОМКО Кольцо,
судящее
судьбы

ощущает поддержку нескольких народов, с другой — ни одна из этих сил не реализуется в нем на сто процентов. А теперь представим себе, что творится с драгоценностями, которые перешли от одной семьи к другой. В них начинает накапливаться информация обо всех родах, которыми они владели: при передаче, следовательно, на судьбу хозяина подобного украшения, хочет он того или нет, будет влиять весь этот поток, способный из-за своей хаотичности серьезно испортить ему жизнь. Остановить такой процесс крайне трудно, а порой и просто невозможно. Поэтому в наше время следует быть особенно аккуратным с такого рода вещами, так как сегодня уже мало кто знает, откуда берет начало его род и какова судьба предков.

Героиня этой истории даже представить себе не могла, что какое-то кольцо способно так серьезно повлиять на ее судьбу.

Со школьных лет Ирина начала интересоваться червонным золотом. Цвет этого металла просто завораживал девочку. Порой она сидела в библиотеке часами, только чтобы побольше узнать об особенностях этого вида золота. Как-то в гостях у родственников Ирина увидела на пальце у своей тети обручальное кольцо, которое было сделано из червонного золо-

в антикварном магазине или старинное украшение или получая его в подарок, имейте в виду, что металл и камни, из которых оно изготовлено, могут веками хранить негативную информацию о своих прежних владельцах. Такое украшение способно испортить жизнь своему новому хозяину.

кто хотя бы раз поддержит его в руке, никогда не сможет забыть о нем, кольцо будет тянуть человека к себе до тех пор, пока он не станет его обладателем. «Но тебе, дорогая, это не грозит, так как кольцо обручальное, а ты еще слишком молода, чтобы думать о замужестве», — успокоила племянницу тетка. Ирина уже где-то читала о подобных украшениях, а также о том, что некоторые драгоценности приносили людям несчастья и даже лишали их жизни, но девушка мало верила в такие вещи: на дворе XXI век, время рыцарей, колец и замков безвозвратно кануло в Лету. Ирина очень часто гостила у тети, поэтому знала все ее привычки. Например, то, что тетя всегда снимала свои драгоценности на ночь. Однажды вечером Ирина зашла в ее комнату — тетя уже спала. На маленьком столике мирно горел

ночник и лежало то самое кольцо, которое так пленило девушку.

Ирина взяла его в руки и даже попробовала надеть на палец. Как ни странно, оно оказалось ей впору, словно специально для нее сделано. Украшение было тяжелым, но приятно обволакивало палец, от чего по телу начинало идти тепло и тяжесть становилась незаметной. Налюбовавшись драгоценностью, Ирина положила ее на прежнее место и пошла в свою комнату. С этого момента девушка не забывала о кольце ни на минуту: иногда перед ней возникало его изображение и по телу начинало разливаться знакомое тепло, а порой чудилось, что оно снова на ее пальце. Тогда Ирина еще не знала, что вновь наденет кольцо только через 10 лет. За это время в судьбе девушки мало что изменилось, а вот в жизни тети произошло много событий. К приме-

ру, замужество, которым она так гордилась, оказалось неудачным.

Ирине исполнилось 28, когда она решила выйти замуж. Как-то в разговоре с тетей на вопрос, какой подарок она хотела бы получить на свадьбу, Ирина заметила, что мечтает о кольце из червонного золота. «Где же сейчас найти такое... — грустно сказала тетя. Разве что мое. Я ведь все равно не ношу его, а тебе оно, возможно, принесет удачу». Ирина была настолько рада, что совсем забыла и о неудавшейся жизни тети, и судьбами других владельцев этого украшения не поинтересовалась. Ее словно какой-то вихрь захватил, и она уже больше не могла думать ни о чем, кроме драгоценности. Даже на свадьбе Ирина больше внимания уделяла кольцу, которое теперь блистало у нее на пальце, а

ни вспоминала. Как, судя по девионкой, украдкой надев кольцо на палец. Она точно знала, что никому не рассказывала об этом. Откуда же тетя узнала? Та невозмутимо ответила: «Мне обо всем поведало кольцо. Со мной произошла такая же история. А ведь я предчувствовала, что оно даст тебе удачу».

Любые украшения из натуральных камней и драгоценных металлов несут в себе определенную силу, способную влиять на нашу жизнь. Насколько металл или камень подходит человеку, настолько он сможет улучшить его судьбу. Сила украшения возрастает во много раз, если оно вдобавок является семейным. В этом случае человеку начинает помогать сила его собственного рода. Для того чтобы привлечь удачу, следует очень внимательно подбирать украшения, исходя из особенностей знака Зодиака и, конечно, желаний будущего хозяина. Если же вы получили драгоценность от родственников, то перед тем, как надеть ее, нелишне будет узнать о судьбе этой вещи, так как остановить влияние родовой программы намного сложнее, чем просто избавиться от кольца с натуральным камнем.

Радослава ВОЛКОВА

Порой во сне или наяву мы вдруг словно переносимся в другую реальность. Перед нашими глазами неожиданно предстают события, либо давно минувшие, либо те, которые еще не произошли. Объяснить это явление наука пока не в силах.

Иногда, глядя на что-то, человек спохватывается: «Я здесь уже был! Я это видел и пережил!», хотя внутренне он абсолютно уверен, что ранее ничего подобного с ним не происходило. Этот феномен, известный как дежа-вю (уже виденное), весьма распространен.

Состояние дежа-вю имеет чисто психическую природу. В некоторых случаях мозг ошибочно принимает незнакомые реалии за знакомые, а порой срабатывает подсознательный защитный механизм: внушая себе, что однажды уже пережили подобную ситуацию, мы успокаиваемся и обретаем уверенность в своих силах. Отдельных людей синдром дежа-вю преследует всю жизнь.

Так, знаменитый психолог Карл Юнг утверждал, что с 12 лет живет словно бы в двух мирах — современности и далеком прошлом. Как-

ФЕНОМЕН ДЕЖА-ВЮ

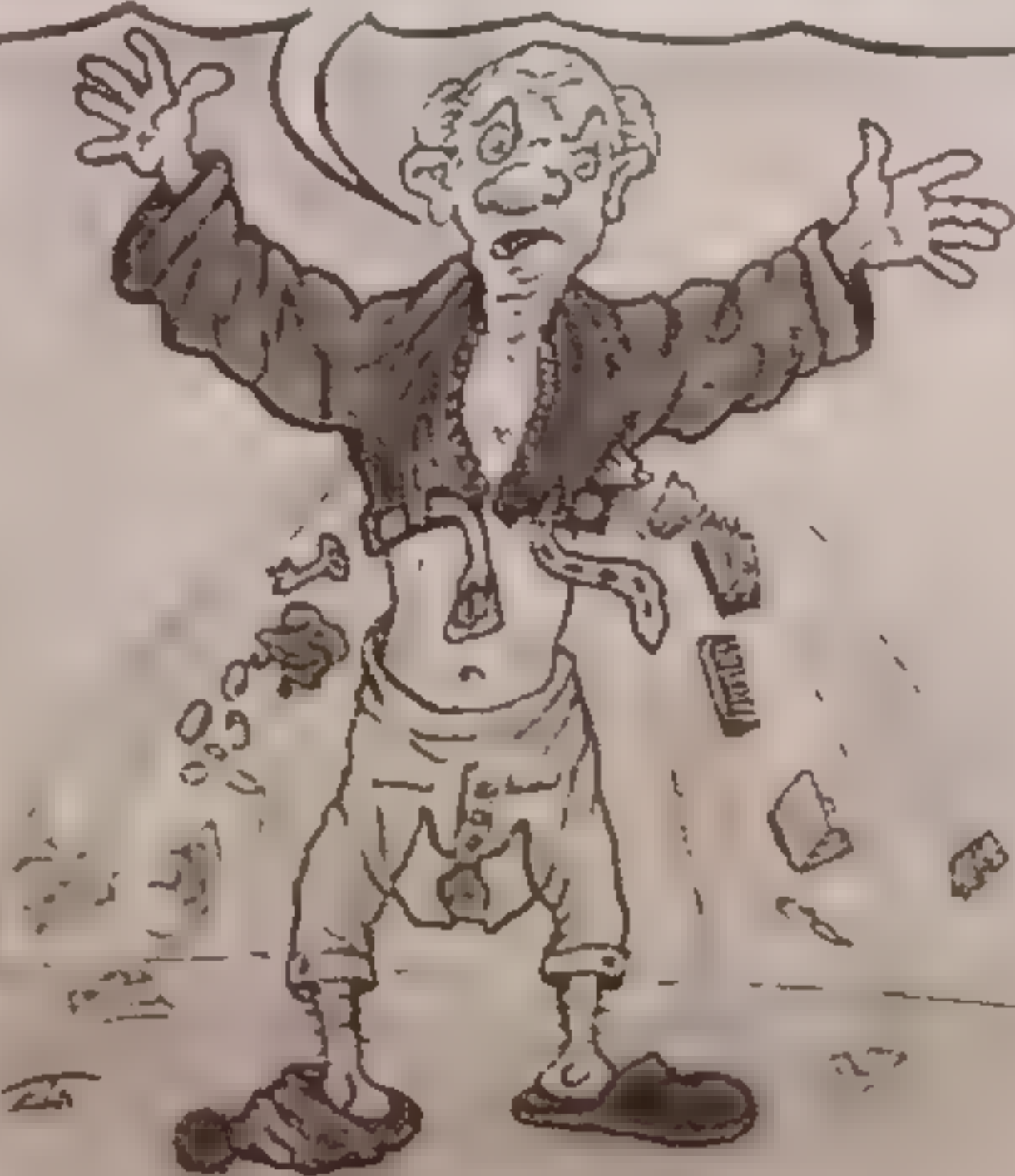
то он увидел портрет врача, написанный в XVIII в. Доктор был обут в ботинки с пряжками. Юнгу показалось, что когда-то и он носил такие ботинки. Более того, психолог верил, что родился не в 1875 г., а в 1775 г.

Во время поездки в Найроби профессору попался на глаза темнокожий мужчина, опиравшийся на копьё. Сразу же появилось ощущение, что он уже бывал здесь 2 тыс. лет назад и встречал этого человека!

Один из случаев дежа-вю описал Лев Толстой в послании к приятелю. Как-то на охоте его конь споткнулся и сбросил седока на землю. В тот же миг писатель вспомнил: такое уже происходило с ним 200 лет назад, но тогда он был другим человеком с иными именем и судьбой.

Парапсихологи полагают, что дежа-вю связано с реинкарнацией или феноменом генетической па-

Зачем шьют карманы под мышками?



мяти, то есть ложные воспоминания либо относятся к предыдущему воплощению, либо достались нам от предков.

Воспоминания о прошлой жизни могут явиться и во сне. Профес-

сор, член-корреспондент Российской академии естественных наук Александр Портнов поведал о странном сневидении, посетившем его в 4 года.

Ему приснилась степь, поросшая редкими деревцами (впоследствии он узнал, что это саванна). Рядом с мальчиком находилась его мать — почему-то в облике обезьяны. Ребенок сидел у нее на загривке.

Внезапно их начало преследовать чудовище, похожее на тигра. Обезьяна с детенышем тут же резво забралась на ближайшее дерево. Зверь понял, что добыча ускользнула, и ретировался. Сон был удивительно ярким, в память отчетливо врезались красная пасть и длиннющие клыки ужасного монстра...

Однажды Саша, еще будучи школьником, наткнулся в энциклопедии на изображение... того самого чудовища из сна! Как выясни-

лось, это был махайрод — саблезубый тигр, живший на Земле 2–2,5 млн. лет назад.

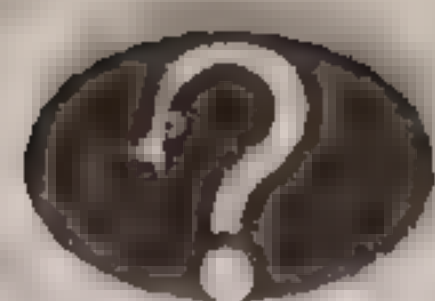
Нередко удивленное во сне в деталях повторяется наяву.

Николаю С. снилось, что он едет из аэропорта, а на перекрестке авария: столкнулись такси марки «Волга» и красные «Жигули». Николай притормозил, а милиционер жезлом указал ему: «В объезд!»

Наутро и в самом деле пришлось зачем-то ехать в аэропорт. Возвращаясь, Николай увидел на перекрестке автокатастрофу: как и во сне, произошло столкновение такси с красными «Жигулями». Пораженный, он остановил машину, но милиционер, находившийся на месте происшествия, направил его в объезд.

По мнению некоторых исследователей, между дежа-вю и вещими снами, повторяющимися затем наяву, нет принципиальной разницы. Существует даже гипотеза, что дежа-вю — это забытые сновидения, которые сбываются в реальной жизни.

Маргарита ТРОИЦЫНА



Наука считает санскрит всего лишь языком древнеиндийских литературных памятников. Тайноведение же относится к нему значительно трепетнее и величает его языком Богов. Санскрит — патриарх и прародитель всех индоевропейских, или арийских, наречий, в том числе и русского.

Мог ли догадаться украинский поэт Тарас Шевченко, что его строка «дывлюсь я на небо» — чистейшей воды тавтология? А ведь это именно так, ибо слово «див» на санскрите означает небо!

Кстати, местечко Дивеево, родина всеми нами любимого святого Серафима Саровского, тоже связано с небом. Это название состоит из двух санскритских слов: «див» — небо + «ева» — путь. *Небесный путь!*

Фамилия первого космонавта планеты Юрия Гагарина хотя и происходит вроде бы от русской птицы гагары, но опосредованно — все равно от санскритского неба. Одним из синонимов слова «див» является в санскрите слово «гагана». Итак, «гаг» (от «гагана») — небо + «ари» — святой. *Святые небеса!*

А вот фамилия певца Филиппа Киркорова состоит из двух санскритских слов: «кири» — певец + «кару» — мастер. *Мастер песни!* (Санскритское «а» на Западе часто переходит в «о».) Фамилия Филиппа вибрационно помогает ему, принося удачу!

Такая же ситуация и у Геннадия Хазанова. На санскрите слово «хасана» означает смеющийся! Для артиста столь веселого жанра подобная фамилия — просто дар свыше. На иврите «хазан» — кантор, но перевод с санскрита нашему любимому артисту подходит больше.

Очень много русских имен и фамилий имеет санскритские корни, но обычно даже ученые люди объясняют их происхождение заимствованием из более молодых языков. Спросите-ка такого человека, что значит имя Петр, и он, не колеблясь, ответит: по-гречески это камень. А теперь представьте: родился малыш — беспомощный, ро-

Каждый рожденный на Земле человек получает в дар от своих родителей имя и фамилию. И редко кто задумывается: влияют ли они на характер, судьбу, сказываются ли на взаимоотношениях с людьми? Ответить на эти вопросы поможет санскрит — древнеиндийский литературный язык. Оказывается, даже известному певцу Филиппу Киркорову приносит удачу в творчестве его необычная фамилия.

ТАЙНА ФАМИЛИИ КИРКОРОВА

зовый, а его тут же припечатывают бездушным именем Камень! На самом деле имя Петр образовано от санскритского слова «питар», что означает отец, предки. Так что ваш Петенька — отцовский, папин сын, наследник, а никакой не камень!

Или называют на Западе девочку Барбарой, а на Руси Варварой. Спросите, что значит это имя, и вам ответят: варварская, дикая. Действительно, в большинстве западных языков «барбар» — дикарь, варвар. В русском то же самое. И даже в санскрите «барбара» — варварский, дикий. Но за что обзывать дикаркой

невинную крошку, которая только-только появилась на свет и еще не успела сделать ничего плохого?

Секрет прост: в санскрите имеется еще одно значение слова «барбара» — кудрявый. Так что и бабушка Варварушка, и модная куколка Барби — кудрявые. Ну а пес Барбос, естественно, дикий.

Ключом санскрита можно «открыть» даже самые современные слова. Так, партизан — «пратисанди» — связь, соединение. Атавизм — «атавика» — дикарь, лесной житель. Кулинар (из двух санскр. слов: «кула» — одно из значений хозяйство +

решься. А в результате возникают нездоровые сенсации.

Призраки в Англии обладают определенным социальным статусом. Видеть призраков очень престижно. У всех аристократов есть такой дар. Считается, что привидений особенно много в старинных поместьях.

«нар» — человек) — хозяйственный человек.

А теперь я предложу вам своеобразное овощное рагу. Итак, любовь — морковь.

Кошмар, да и только! Между прочим, слово «кошмар» означает практически то же самое: «каши» — один из многочисленных синонимов солнца, а «мар» — смерть.

И все же, какое отношение имеет солнечное затмение к симпатичной и полезной морковке? Сначала приглядимся к ее хвостику «овь». Он торчит из санскр. глагола «ав», одно из значений которого — желать. Так что если перевести с санскрита слово «морковь» буквально, получится *желающая затмения солнца*. На деле же морковь не столь кровожадна: она всего лишь хочет скрыться от солнца. Затмение солнца — его сокрытие. Реальный смысл слова «морковь» — *желающая укрытия от солнца*. Капуста — солнечная книга, а морковь желает укрыться от него. Вот вам и вершки с корешками!

Но овощное рагу без картошки не готовят. Культурный вариант этого слова, пришедший к русским от немцев, — *картофель*. В Германию же его, естественно, занесло из Индии. В санскрите «карт» — отсекать, отделять, резать + очень хочется взять армянский глагол «эпел» — варить. Буквально: *отсек и вари!* Смысл: *почистил и вари!* Но ведь и армянское «эпел» произошло от санскр. «ап» — вода, так же, как русское «варить» — от санскр. «вар», одного из многочисленных синонимов воды. Следовательно, окончательный перевод: *почистил — и в воду!* Как все с картошкой и поступают.

А не добавить ли нам еще лучку? Лук — от санскр. «лаукика» (произносится «лукика») — *обычный*. Да уж, в особой экстравагантности его не обвинишь.

Ну и как мы будем тушить нарезанные овощи? Конечно, с любовью!

Слово «любовь» происходит от санскр. глаголов «луб» — любить + «ав» в значении желать. Итак, *любовь — это любовь-желание*.

Рагу готово.

Приятного аппетита!

Алла ТЕР-АКОПЯН

**ХОТИТЕ СТАТЬ
СЧАСТЛИВЫМ?
Все в ваших силах!**

Вам кажет...

Призраки — кто они? И почему облюбовали именно Англию? На этот счет не существует ни одной научной теории, а вот разных домыслов и догадок хоть отбавляй.

То, что духи, присматривая себе будущее место жительства, останавливают свой выбор на Велико-

стью традиции и потому прекрасны сохранились.

Версия третья — климатическая. Вдумайтесь в поэтические названия, данные разным странам, — «солнечная Италия», «веселая Франция», но Туманный Альбион. В этом-то все и дело. Идет человек вечером по лесной тропинке, луна светит сквозь туман, что-то

перевод с санскрита нашему любимому артисту подходит больше. Очень много русских имен и фамилий имеет санскритские корни, но обычно даже ученые люди объясняют их происхождение заимствованием из более поздних языков. Спросите-ка такого человека, что значит имя Петр, и он, колеблясь, ответит: по-гречески это камень. А теперь представьте родился малыш — беспомощный, ро-

сакритского слова «питар», что означает отец, предки. Так что ваш Петенька — отцовский, папин сын, наследник, а никакой не камень! Или называют из Западе девочку Барбарой, а на Руси Варварой. Спросите, что значит это имя и вы получите удивительный ответ. Действительно, в большинстве западных языков «барбар» — дикарь, варвар. В русском то же самое. И даже в санскрите «барбара» — варварский, дикий. Но за что обзывать дикаркой

Секрет прост: в санскрите имеется еще одно значение слова «барбара» — кудрявый. Так что и бабушка Варварушка, и модная куколка Барби — кудрявые. Ну а пес Барбос, естественно, дикий. Кстати, санскрита можно «открыть» даже самые современные слова. Так, партизан — «пратисанди» — связь, соединение. Атавизм — «атавика» — дикарь, лесной житель. Кулинар (из двух санскр. слов: «кула» — одно из значений хозяйство +

Капуста — от санскр. «ка» — солнце + «пуста» — книга. Солнечная книга! Да еще такая толстая! Восточный «солнечный» язык — санскрит. В санскрите слово «марка» — «марка», кстати, тоже образован от санскр. «марка».) Но и «марка» распадается на два более коротких слова: «мар» — смерть + «ка» — солнце. Смерть солнца!

у, в особую экстравагантности его не обмануть. Ну и как мы будем тушить на-ревающие ошени? Конечно, с любовью! Слово «любовь» происходит от санскр. «лабх» — «люблю». И так, любовь — это любовь-желание. Риту гадать? Простите, шептала!

Алла ТЕР-АКОПЯН

Призраки — кто они? И почему облюбовали именно Англию? На этот счет не существует ни одной научной теории, а вот разных домыслов и догадок хоть отбавляй. То, что духи, присматривая себе будущее место жительства, остановили свой выбор на Великобритании, можно объяснить по-разному. Версия первая —

стью традиции и потому прекрасно сохранились. Версия третья — климатическая. Вдумайтесь в поэтические названия, данные разным странам, — «солнечная Италия», «веселая Франция», но Туманный Альбион. В этом-то все и дело. Идет человек вечером по лесной тропинке, луна светит сквозь туман, что-то такое призрач-

решся. А в результате возникают нездоровые сенсации. Призраки в Англии обладают определенным социальным статусом. Видеть призраков очень престижно. У всех аристократов есть такой дар. Считается, что привидений особенно много в старинных поместьях.

СТРАНА ПРИВИДЕНИЙ

религиозно-культурологическая. Англия за свою историю претерпела невероятное смешение культур. Римляне, древние бритты, саксы, норманны, не говоря уж о кельтах и пиктах, и все они имели различные представления о загробной жизни. И те души умерших, которые нечаянно перепутывали место назначения и стучались не в рай или ад, были обречены на вечное скитание и неудовлетворенность.

Столь странный каприз привидений можно объяснить и географическими причинами. Англия — остров. Привидения с достаточной легкостью путешествуют по суше, но, видимо, ни одному солидному призраку с хорошей репутацией не придет в голову пересекать Ла-Манш. Поэтому европейские привидения могли спокойно рассеяться, а затем и сгинуть в непривычной обстановке, тогда как английские, однажды появившись, прочно занимали свою экологическую нишу — замок, церковь, кладбище, шкаф или сундук, никуда не мигрировали, стали ча-



Каждая знатная семья считает совершенно необходимым иметь своего семейного духа, иначе ей жизнь не в радость. Дело чести — откопать какую-нибудь историю о призраке. Недавно даже вышел путеводитель по Лондону, который называется «Лондон с привидениями». Естественно, составители не могли обойти вниманием такую достопримечательность английской столицы, как Вестминстерское аббатство. Вот, казалось бы, святое место, но там регулярно рядом со светомфорами ночью останавливаются машины. Их арестовывают полицейские, потому что машины не едут на зеленый свет. Подходят к машине и спрашивают: «В чем дело? Почему не едете?» Шофер отвечает: «Как я могу ехать, там лодка

плавает с монахами, которые поют молитвы. Какая-то тихая музыка и свечи». Полицейский говорит: «Все ясно, дышите в трубочку». Примерно 50 процентов свидетелей были действительно пьяны, но другие 50 — трезвы.

ное впереди колышется, и неизвестно, то ли это листья деревьев дрожат на ветру, то ли чья-то беспокойная душа. На всякий случай осеняй себя крестным знаменем и уноси ноги, потом разбе-

ХОТИТЕ СТАТЬ СЧАСТЛИВЫМ? Все в ваших силах!

Вам кажется, что не осталось возможностей повлиять на сложившуюся жизненную ситуацию — вашу или ваших близких? Не отчаивайтесь, самое главное — ваше желание и стремление изменить жизнь к лучшему!

Есть люди, способные помочь вам реализовать эти стремления. Рассказывает г-жа Покровская:

«Не случайно с давних времен в каждом поселении были люди, обладающие тайными знаниями. Так и женщины нашего рода издавна помогали окружающим в решении любовных и семейных проблем, возвращали любимых и не оставляли шанса соперникам, отводили беду от домашнего очага, снимали сглаз и порчу, заговаривали на удачную торговлю, делали всевозможные талисманы, способствующие успеху в делах, и обереги, отгоняющие нечистую силу.

Это неправда, что человек создан для страданий! И я могу помочь человеку, который сам этого хочет и верит, что он станет счастливым!

Люди обращаются ко мне с разными проблемами, не всегда осознавая их трагичность. Одиночество, распад семьи, уход любимого человека — как следствие, стресс, нервный срыв, ухудшение внешнего вида. Порча — любой ее вид — влечет за собой ухудшение здоровья, вплоть до возникновения хронических заболеваний. А человек нервный, раздраженный, часто болеющий — плохой работник. отсюда ухудшение в делах. Ухудшение, ухудшение... Человек не видит выхода! Я же могу, применив свои знания и опыт, помочь улучшить сложившуюся ситуацию. Я МОГУ ВАМ ПОМОЧЬ!»

Тайные знания всегда тщательно оберегали, как сокровище, приносящее счастье людям, бережно передавали из поколения в поколение и ценили недешево, т.к. нет большей радости, чем здоровье, счастье в доме и СЧАСТЛИВО!

Записаться на прием к г-же Покровской вы можете, позвонив по телефону 241-14-21 ее секретарю, ежедневно с 9.00 до 21.00.

Свид. № 3/9636.

Ответы на суперкроссворд

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Виноград 3. Подтекст 6. Соус 8. Мензурка 10. Лото 12. Магнат 14. Коклюш 15. Завтрак 17. Благо 19. Итог 21. Сотка 22. Лошак 24. Ресница 25. Дуло 27. Склад 29. Язык 31. Ангел 33. Ополтус 35. Мята 36. Март 38. Осина 39. Штурм 41. Тициан 42. Тень 43. Бузина 44. Сосед 46. Бизнес 49. Мешок 50. Наина 51. Кадья 53. Выкуп 54. Обойма 55. Алкоголь 57. Казус 58. Трап 60. Дедал 62. Мат 63. Планета 64. Афера 65. Чеп 66. Нищенство 68. Зомби 70. Долото 72. Непоседа 75. Пафос 77. Вина 78. Стрела 79. Графин 82. Прокул 83. Развод 84. Конго 85. Аренда 86. Двор 87. Гусеница.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Вундеркинд 2. Демократ 3. Пинок 4. Крамола 5. Торг 6. Сила 7. Сковорода 9. Решетка 11. Отава 13. Нимб 15. Залп 16. Карантин 18. Ленин 20. Грохот 21. Сословие 23. Климент 26. Урн 28. Летчик 30. Наименование 32. Лампада 34. Сонник 36. Майс 37. Распут 39. Шкурник 40. Удилище 45. Недостача 46. Борода 47. Секундант 48. Гепард 51. Карапуз 52. Кузнечик 58. Нутро 59. Ландус 61. Ландо 62. Матье 67. Иона 69. Обет 71. Ленца 73. Акушерка 74. Теленин 75. Парилка 76. Фортуна 78. Стопка 79. Город 80. Фавор 81. Недуг



Семь чудес света располагались в пределах империи Александра Великого и находились в основном в непосредственной близости к морским путям, что позволяло путешественнику даже в те времена посетить все эти гениальные творения человеческих рук. Какие же чудеса включал список Антипатра?

Первым чудом считались пирамиды Гизы, вторым — висячие сады Семирамиды в Вавилоне, далее следовали храм Артемиды в Эфесе, статуя Зевса в Олимпии, мавзолей в Галикарнасе, Колосс Родосский и Фаросский маяк в Александрии.

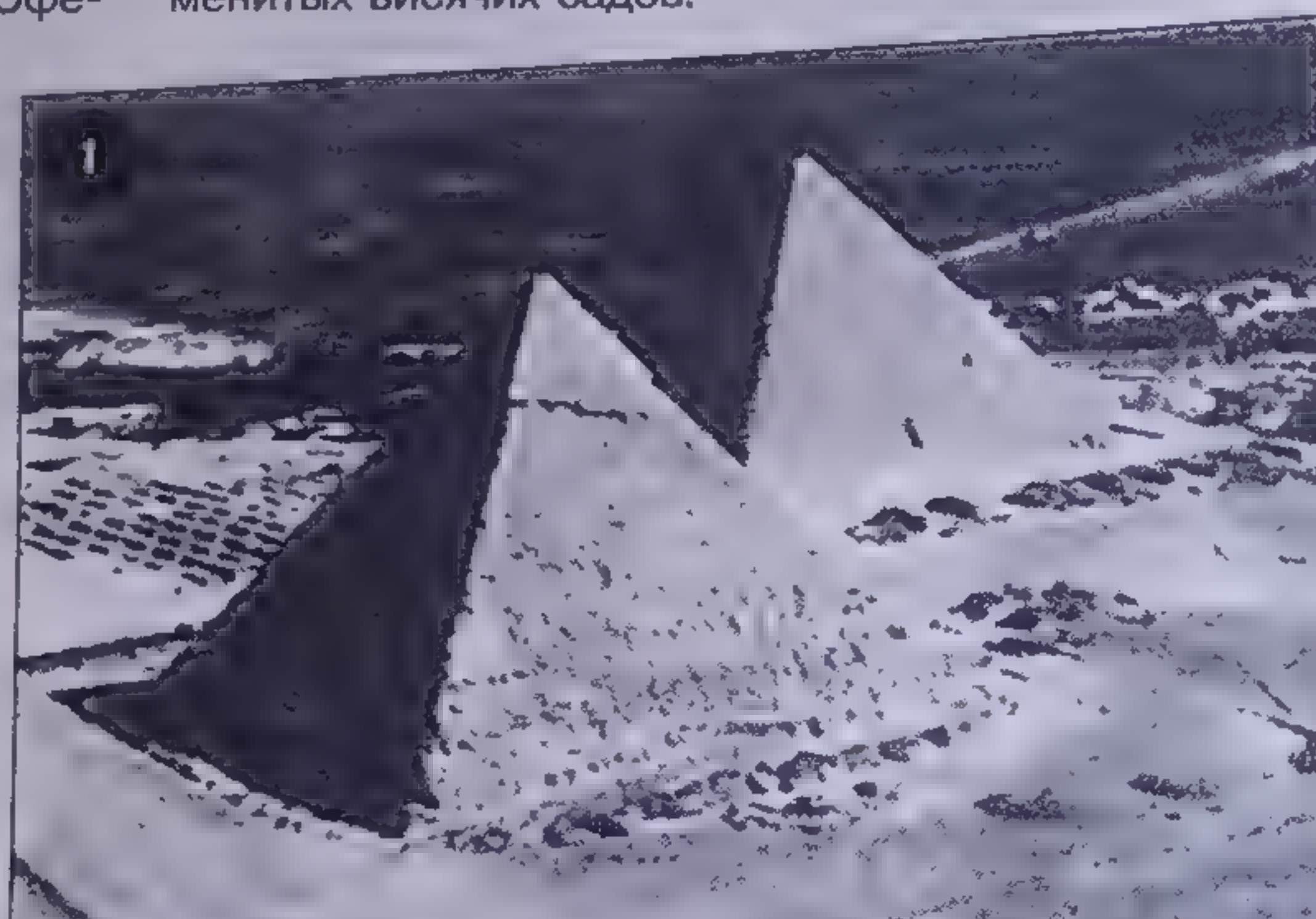
Время, увы, не пощадило чудеса, изумлявшие когда-то древний мир. Сохранились только пирамиды, а от других остались лишь описания, которые помогают нам хоть немного представить те удивительные творения. Но какова же судьба семи чудес света?

ОНИ НАПУГАЛИ ВРЕМЯ...

Первое чудо — египетские пирамиды — знают все, ведь они единственные, хоть и были самыми древними из семи чудес, уцелели до настоящего времени. Не зря говорят, что «все на свете боится времени, а время боится пирамид».

Самой древней пирамиде Джосера около 5 тыс. лет. Ее высота 6 м. Не все из более семи десятков пирамид хорошо сохранились, кое-где время превратило их в груды камней. Особое внимание Антипатр, конечно, уделит пирамиде Хеопса. Чтобы хоть немного представить себе размеры этих величественных сооружений и гигантский труд, который был затрачен на их возведение, задумаемся над некоторыми цифрами. Так, длина стороны основания пирамиды Хеопса — около 230 м, а высота — 137 м (ранее она составляла 147 м, но ныне верхушка пирамиды разрушилась). Объем этой пирамиды — примерно 2600 тыс. куб. м. Для сравнения: объем всем

ми камнями. Но куда все исчезло? Почему не сохранились гигантские стены удивительной толщины: по их верхней части могли развезти две колесницы? Где знаменитая Вавилонская башня высотой 90 м? Считается, что Вавилон был почти полностью построен из глиняных кирпичей, похоже, они не выдержали испытания временем и снова превратились в глину. Единственное, что осталось от этого чуда света, — каменный фундамент знаменитых висячих садов.



Когда-то очень давно, во II в. до н. э., финикийский ученый и писатель Антипатр Сидонский составил для путешественников того далекого времени своеобразный путеводитель по достопримечательностям древнего мира, включив в него всего лишь семь чудес света — семь произведений гения и труда человека, которыми до сих пор гордится земная цивилизация.



560 г. до н. э. захватил Эфес. Возможно, таким образом он хотел завоевать благосклонность жителей покоренного им города.

Храм был великолепен! Поражали его размеры: 110 м — в длину и 55 м — в ширину, а также обилие (127!) 18-метровых колонн из белого мрамора. Этим грандиозным сооружением восхищались все, кому доводилось его видеть. Но нашелся безумец, решивший уничтожить святилище. Способ он выбрал самый подлый — взял

и 21 июля 356 г. до н. э. поджег храм Артемиды. Пожар нанес очень сильный ущерб зданию: внутреннее убранство выгорело, колонны потрескались от жара. Храм пришлось строить практически заново, но восстановили его довольно быстро. Снова творением лучших мастеров

Среди огромного зала (64x28 м, высотой около 20 м) на троне из золота, слоновой кости и дерева ценных пород восседала 12,5-метровая статуя Зевса, изваянная также из слоновой кости и золота: эти материалы были искусно закреплены на специальном деревянном каркасе. Она была до того великолепно выполнена, а слоновая кость по цвету так напоминала кожу человека, что Зевс многим казался живым.

В V в. статую Зевса перевезли из Греции в Константинополь, где она сгорела во время пожара во дворце императора Феодосия II.

ПЕРВЫЙ МАВЗОЛЕЙ

Когда-то город Бодрум, который ныне находится в Турции, назывался Галикарнас. Здесь была самая великолепная гробница в Малой Азии. Ее задумал построить наместник персидского царя — сатрап Мавсол, для чего пригласил двух зодчих из Греции — Сатира и Пифея. Однако Мавсол не успел увидеть памятник самому себе, так как умер в 353 г. до н. э. — задолго до окончания строительства.

УТРАЧЕННЫЕ ЧУДЕСА

Артемисия, жена Мавсола, питала к своему мужу, довольно жестокому человеку, под властью которого трепетали подданные, большую и всепоглощающую любовь. Чтобы увековечить память о супруге, Артемисия стала достраивать грандиозную гробницу. Мавзолей был трехъярусным. Первый ярус (19 x 42 x 11 м) представлял собой

мненно, популярности острова способствует и то обстоятельство, что здесь в свое время находилось одно из семи чудес света — знаменитый Колосс Родосский.

История создания этой гигантской статуи связана с поражением в III в. до н. э. грозного полководца Деметрия Полиоркета. Он решил покорить родосцев, но потерпел фиаско. Отступая, Полиоркет даже бросил шедевр военной техники того времени — гелеополиду. Она представляла собой обитую железом осадную башню, на которой были смонтированы тараны, катапульты, площадки для десанта... В общем, это был огромный «танк» древнего мира. В движение его приводили 3400 воинов... В гелеополиде было столько металла, что за нее родосцам удалось выручить немалые деньги — 300 талантов, на которые они и возвели статую Гелиоса — покровителя Родоса.

Статую высотой 36 м изваяли в 292—280 гг. до н. э. По свидетельству Плиния Старшего, она была до того огромной, что не всякий взрослый человек мог обхватить руками большой палец этого гиганта. Создал шедевр скульптор Харес, ученик Лисиппа. Сначала из бронзы отлили ноги, их заполнили камнями, а вокруг соорудили насыпь для монтажа других частей статуи. По другим сведениям, основой скульптуры являлись три массивных каменных столба, на которых ее и монтировали. Когда Колосс Родосский был готов, насыпь убрали, и статуя показалась родосцам во всем своем великолепии.

Колосс Родосский простоял более полувека, но в 225 г. до н. э. при сильном землетрясении он рухнул. Все попытки поднять статую оказались безуспешными. Почти тысячу лет лежал поверженный колосс, пока в 653 г. арабский наместник не продал его на переплавку. Так исчезло еще одно чудо света...

КОСТЕР В ЧЕРНОМ НЕБЕ

Древняя Александрия, которая располагалась в дельте Нила, была основана в 332 г. до н. э. В те далекие времена путешественники, приближаясь к городу, могли видеть в ночном небе фантастиче-

На рисунках:

1. Из семи чудес света уцелели только пирамиды;
2. Так могли выглядеть висячие сады Семирамиды;
3. Храм Артемиды в Эфесе;
4. Колосс Родосский.

Ярким солнечным днем 11 сентября 1727 г. на улицах Санкт-Петербурга стояли толпы людей. Они глазели на величаво двигавшуюся процессию из 5 больших карет, 16 колясок, 11 фургонов и колымаги, до отказа набитых людьми и сундуками.

В первой карете, вальяжно развалившись, восседал крупный мужчина в рогатом парике. Завидев на тротуарах знакомых, он приветствовал их благосклонной улыбкой. Одни сконфуженно отворачивались, другие делали вид, что не знакомы с ним, третьи злорадно ухмылялись...

В ссылку везли светлейшего князя, герцога Ижорского, графа, генералиссимуса, тайного советника и адмирала Александра Даниловича Меншикова.

ВЗЛЕТ

О том, как Меншиков сделал карьеру при Петре I, не знает только ленивый. Но надо учесть, что, кроме везения, пробиться на вершину могущества ему помогли огромная работоспособность, яркие дарования, колоссальная энергия.

Меншиков сделал много полезного для России как военный деятель, талантливый администратор, строитель флота, дипломат. Он был правой рукой царя в деле преобразования страны. Ни одного серьезного шага Петр не предпринимал, предварительно не посоветовавшись с Данилычем.

Однако близость к царю его испортила: Меншиков стал самоуверенным, заносчивым, высокомерным. Петр начал отдаляться от бывшего друга.

К тому же до царя неоднократно доходили слухи о чудовищных злоупотреблениях светлейшего своим положением. Не раз гуляла дубинка Петра I по спине недавнего приятеля. Последние 10 лет жизни царя Меншиков постоянно находился под следствием и платил огромные штрафы.

Смерть Петра была для Меншикова подарком судьбы: он не только избежал наказания, но и вознесся еще выше. С помощью гвардии Данилыч добился избрания Екатерины императрицей. В благодарность она фактически передала всю власть Меншикову. Тот, однако, на государственном поприще ничем себя не проявил. Дело Петра I он не продолжал, заботился лишь о собственном благе. При этом зорко

все основания опасаться мести сына Алексея — Петра — в случае прихода последнего к власти.

Светлейший решил превратить потенциального врага

До сих пор историки не могут понять, почему Александр Меншиков, правая рука Петра I, светлейший князь и генералиссимус, при первых признаках надвигающейся опалы не предпринял никаких упреждающих действий и безропотно расстался с властью.

ПАДЕНИЕ МЕНШИКОВА

в друга, связав его родственными узами.

Умиравшую Екатерину он уговорил оставить престол Петру Алексеевичу в обход дочерей — Анны и Елизаветы. По завещанию государь обязан был жениться на одной из дочерей Меншикова, кото-

рой к тому же назначался своим полным адмиралом, затем генералиссимусом, две его малолетние дочери и сестра жены получили ордена — неизвестно, впрочем, за какие заслуги.

В невесты юному императору Данилыч определил свою дочь Ма-

Семейство Меншиковых окружило жениха неустанным вниманием. Петра II ни на минуту не оставляли

Меншиков восстановил Петра II против себя тем, что не учел психологию подростка, тем более царских кровей. Он пытался привить подопечному полезные навыки, но делал это с высокомерием, даже безапелляционно, деспотично. Даже взрослые не выносят, когда с ними так обращаются, что же говорить о подростке?

Как-то петербургские каменщики подарили Петру II 9000 червонцев. Царь передал их сестре Наталье. Меншиков перехватил их, сказав: «Государь слишком молод и не знает, как употреблять деньги». Когда Петр узнал, что Наталья денег не получила, он потребовал отчета у Меншикова. Тот ответил, что этим деньгам в нищей стране можно найти лучшее применение, но если государю они нужны, Меншиков вернет их, добавив миллион из своего кармана.

Я император, — сказал Петр II, топнув ногой, — надобно мне повиноваться!

Долгоруковы предоставили юнцу полную свободу, на учебе не настаивали, развлекали охотой, пирушками, танцами. Это императору нравилось. После выздоровления светлейшего Петр II всячески избегал его, откровенно демонстрировал полное пренебрежение к невесте, а затем и вовсе приказал вывезти свои вещи из дворца будущего тестя.

На фоне грозных признаков надвигающейся опалы Меншиков проявлял удивительное спокойствие. Почему? Ответа на этот вопрос не могут дать ни современники Меншикова, ни историки.

А ведь Меншиков имел все возможности для того, чтобы взять ситуацию под контроль. В его руках была часть гвардии, которая могла бы, например, арестовать Долгоруковых или захватить императора и насильно вернуть его в лоно будущей семьи, но светлейший бездействовал...

9 сентября был издан царский указ, которым предписывалось игнорировать все распоряжения, исходившие от Меншикова. Затем последовали ссылка в Ренненбург, конфискация имущества, этапирование в Березово...

без надзора и в конце концов перевезли жить к себе во дворец. Сам Меншиков ездил с юным императором даже на охоту, хотя ее не переносил.

РОКОВЫЕ ПРОСЧЕТЫ

Как ни старался Меншиков удержать царя в клетке, ему это не удалось. 19 июня 1727 г. Александр Данилович тяжело заболел. Лихорадка, высокая температура и кровохарканье чуть не свели его в могилу.

В таком состоянии Меншикову, разумеется, было не до жениха.

Однако близость к царю его испортила: Меншиков стал самоуверенным, заносчивым, высокомерным. Петр начал отдаляться от бывшего друга.

К тому же до царя неоднократно доходили слухи о чудовищных злоупотреблениях светлейшего своим положением. Не раз гуляла дубинка Петра I по спине недавнего приятеля. Последние 10 лет жизни царя Меншиков постоянно находился под следствием и платил огромные штрафы.

Смерть Петра была для Меншикова подарком судьбы: он не только избежал наказания, но и вознесся еще выше. С помощью гвардии Данилыч добился избрания Екатерины императрицей. В благодарность она фактически передала всю власть Меншикову. Тот, однако, на государственном поприще ничем себя не проявил. Дело Петра I он не продолжал, заботился лишь о собственном благе, при этом зорко следил за недругами, число которых росло с каждым днем.

Между тем здоровье Екатерины слабело, пришло время подумать о преемнике. Смена правления Меншикову ничего хорошего не сулила, и тут светлейший сделал гениальный ход.

В ЗЕНИТЕ

Список из 127 виднейших лиц государства, подписавших 24 июня 1718 г. смертный приговор царевичу Алексею, возглавлял Меншиков. У него были

ПАДЕНИЕ

в друга, связав его родственными узами.

Умиравшую Екатерину он уговорил оставить престол Петру Алексеевичу в обход дочерей — Анны и Елизаветы. По завещанию государь обязан был жениться на одной из дочерей Меншикова, который к тому же назначался одним из 9 его опекунов до достижения совершеннолетия.

44 дня, с 6 мая, когда скончалась Екатерина, по 19 июня, когда Меншиков тяжело заболел, он находился в зените могущества. 12-летний император полностью зависел от Меншикова, а оппозиция была разгромлена. Впереди маячили радужные перспективы породниться с Романовыми.

А пока светлейший тешил свое честолюбие. На следующий день после смерти Екатерины

он стал

полным адмиралом, затем генералиссимусом, две его малолетние дочери и сестра жены получили ордена — неизвестно, впрочем, за какие заслуги.

В невесты юному императору Данилыч определил свою дочь Марию, бывшую на 3 года старше жениха и к тому же помолвленную за год до этого с сыном польского графа Сапеги. Сию помолвку спешно расстроили, и 23 мая Петр II прибыл к Меншиковым официально просить руки Марии.

Казалось, ничто уже не могло помешать Меншикову захватить бразды власти. И все же надо было следить, чтобы будущий зять не выскользнул из столь умело расставленных сетей.

без надзора и в конце концов перевезли жить к себе во дворец. Сам Меншиков ездил с юным императором даже на охоту, хотя ее не переносил.

РОКОВЫЕ ПРОСЧЕТЫ

Как ни старался Меншиков удержать царя в клетке, ему это не удалось. 19 июня 1727 г. Александр Данилович тяжело заболел. Лихорадка, высокая температура и кровохарканье чуть не свели его в могилу.

В таком состоянии Меншикову, разумеется, было не до жениха. Этим воспользовались князья Долгоруковы, которые давно хотели посчитаться со светлейшим. Как родовитые аристократы, они испытывали ненависть к безродному выскочке, оттеснившему их от кормила власти.

Во время болезни Меншикова Долгоруковы смогли втереться в доверие к царю и настроить его против своего врага. Это им удалось потому, что они учли ошибки светлейшего и пошли другим путем.

Меншиков проявлял удивительное спокойствие. Почему? Ответа на этот вопрос не могут дать ни современники Меншикова, ни историки. А ведь Меншиков имел все возможности для того, чтобы взять ситуацию под контроль. В его руках была часть гвардии, которая могла бы, например, арестовать Долгоруковых или захватить императора и насильно вернуть его в лоно будущей семьи, но светлейший бездействовал...

9 сентября был издан царский указ, которым предписывалось игнорировать все распоряжения, исходившие от Меншикова. Затем последовали ссылка в Ренненбург, конфискация имущества, этапирование в Березов, смерть жены, нищенское существование в Сибири, смерть дочери Марии и собственная бесславная кончина в ноябре 1729 г.

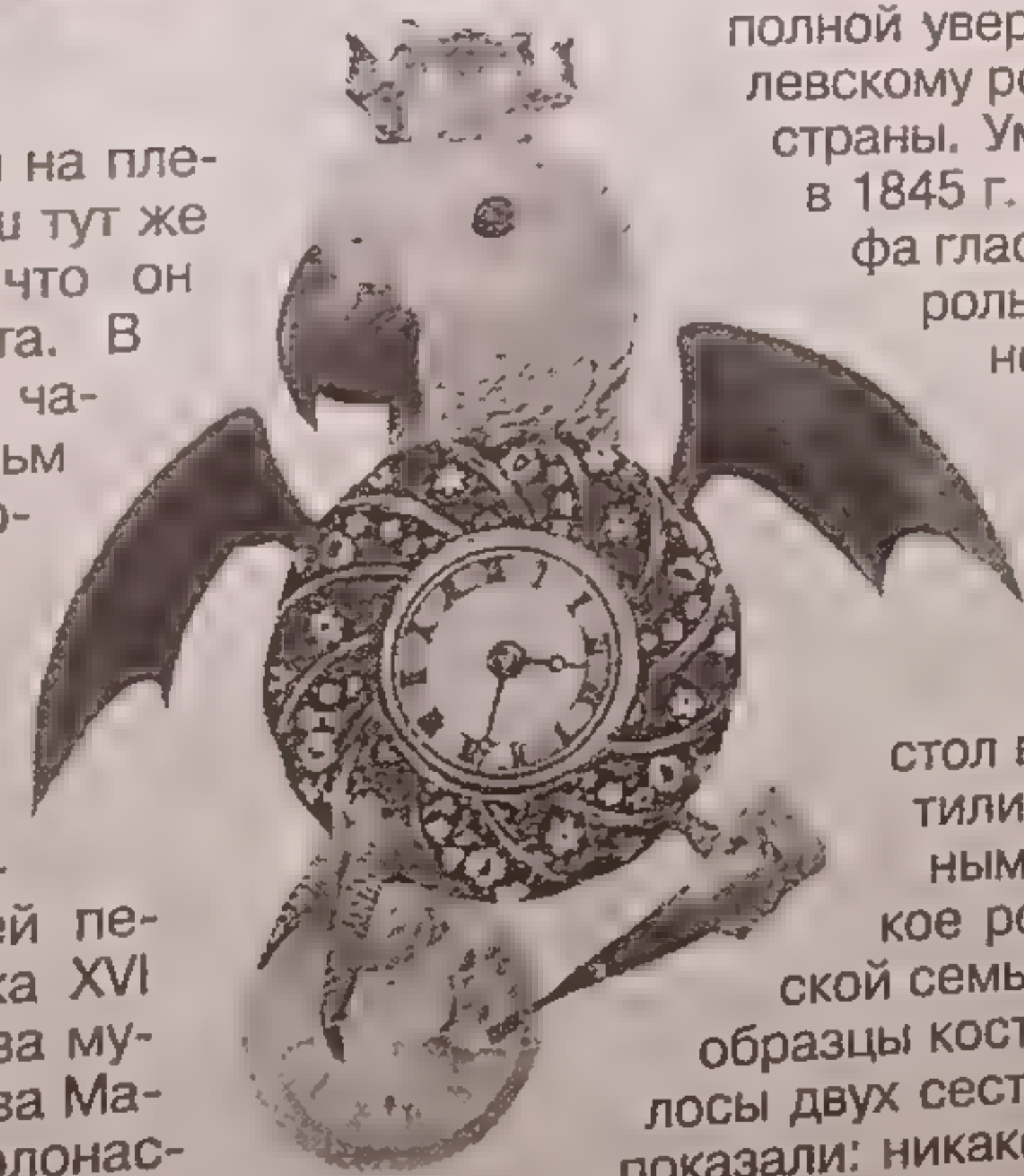
В последние дни своего земного существования светлейший забыл о гордыне и раскаивался в грехах. Его душа, искавшая примирения с Господом, не ликовала, когда спустя некоторое время в Березов сослали и Долгоруковых по указу императрицы Анны Иоанновны.

Михаил АЗАРОВ

КОРОЛЬ - ЧАСОВЩИК...

Стоит карлику забраться на плечи великана, как малыш тут же начинает хвастаться, что он больше самого гиганта. В конце 1700-х гг. жил в Потсдаме часовых дел мастер Карл Вильгельм Наудорф, как две капли воды, похожий на короля Людовика XVI и утверждавший, что он — королевский сын.

По его словам, ребенком Карл был выкраден из тюрьмы, в которой французские революционеры держали его родителей перед казнью. В 1789 г. Людовика XVI обезглавили, а через год вслед за мужем на эшафот взойшла и королева Мария Антуанетта. Их сын и престолонаследник скончался от туберкулеза 8 июня 1795 г. в возрасте 10 лет, но этот факт французские монархисты долгое время оспаривали. В действительности ребенок был поручен заботам сапожника, который едва не задушил дитя. Затем сапожника, кстати, тоже казнили.



Наудорф вернулся во Францию в 1833 г. в полной уверенности, что он принадлежит к королевскому роду, но три года спустя его выслали из страны. Умер он в голландском городе Делфте в 1845 г. Надпись на могильной плите Наудорфа гласит: «Здесь покоится Людовик XVII, король Франции, известный также под именем Карл Вильгельм Наудорф».

Сыновья Наудорфа приняли фамилию Бурбон и в 1851 г. и 1874 г. в судебном порядке пытались вернуть принадлежащие им права, естественно, безуспешно.

В конце XX в. о своих правах на престол вспомнили их потомки, которые обратились к бельгийским и французским ученым с просьбой подтвердить генетическое родство Наудорфа с бывшей королевской семьей Франции. Для анализа были взяты образцы костей и волос из могилы в Делфте и волосы двух сестер Марии Антуанетты. Исследования показали: никакого родства нет.

Однако дальних потомков потсдамского часовщика результаты экспертизы не убедили. Поскольку в свое время гроб их предка не опечатали, они утверждают, что останки Людовика/Наудорфа могли подменить.

УНИКАЛЬНАЯ НАХОДКА

Со дна озера Оберзее в Восточном Тироле археологи-водолазы извлекли лодку, сделанную из цельного ствола дуба. Ее возраст, по самым скромным подсчетам, — более 1000 лет. О находке сообщил австрийский ученый Конрад Шпиндлер, первым проводивший осмотр раритета.

Шпиндлер известен как исследователь мумии Этци — доисторического человека, найденного в австрийских Альпах. Сейчас он руководит Институтом древней истории в Инсбруке.

ВСЕ ТЕ ЖЕ НОВОСТИ...

Древнейшей газетой в мире считается «Acta populi romani diurna». Один из ее номеров, вышедший в 168 г. до н.э., сохранился и поныне. Вот о чем там говорилось:

«29 марта. Должность консула правил Лициний. Сегодня разразилась сильная гроза, и молния вскоре после полудня расщепила близ великого храма дуб».

В трактире у подошвы холма Януса произошла драка, во время которой хозяин гостиницы «Медведь в шлеме» был тяжело ранен.

Эдил Титин наказал мясников за то, что они продавали народу мясо, не представив его предварительно на осмотр властей. На штрафные деньги сообразован в честь богини часовня.

Меняла Ауфидий из меняльной конторы «Кимврийский щит» бежал сегодня, оставив множество долгов. Его, однако, поймали, и так как из денег, ему вверенных, ничего еще не пропало, то претор Фонтей присудил немедленно возратить взносы.

Атаман разбойников Демифон, взятый в плен легатом Нервой, распят сегодня на кресте. Карфагенский флот вошел в Остийскую гавань».

МОЗГАМИКА



Вам доступны все знания человечества или вполне достаточно для счастья лишь умения добывать еду и питье? Вы бандюга несусветный или добрая душа, которая не причинит боли даже мухе? Все равно жизнь в определенный момент покажется вам тяжелой обузой, обманщицей и перебежчицей, и станет уже не до цели, не до знаний, не до убийств или добрых деяний.

В похожей ситуации находился и я сам до встречи с человеком, сумевшим показать мне жизнь после жизни. И тут я понял, где на самом деле мое счастье и в чем найду душевную радость.

А тогда все валилось из рук, бумага на письменном столе уныло лежала невостребованной. Слякоть за окном отпугивала, жена перебралась к дочери, у которой уже своя семейная жизнь. Все в доме было серым, надоевшим, отвратительным.

В молодости выручали командировки, где были романтические встречи, дружеское застолье и любовь читателей. И, возвратясь, не замечал перемен, не видел нарастающего отчуждения. Творил, пока не переворачивалась последняя страница переполненного сюжетами блокнота, и вновь собирался в дорогу.

Вот и тогда больше всего хотелось уехать, убежать, улететь. Чем быстрее, тем лучше.

Купив билет на первый же поезд и разместившись в купе, я с нетерпением ждал отправления, стараясь не глядеть на перронную толчею, на мелькавших в дверях пассажиров. Попутчик, немолодой мужчина с небритым лицом и глазами навывкате, мало того, что разбудил, так еще вез десятка два маленьких колокольчиков, которые то и дело вздрагивали и издавали жалобный звук. Где-то до Тулы я терпел, потом не выдержал и сказал:

— Вы бы подушкой накрыли их, что ли. Ощущение такое, будто находишься в деревенском табуна и идешь вместе с ним на выпас.

Мужчина спокойно выполнил мою просьбу. Я удовлетворенно

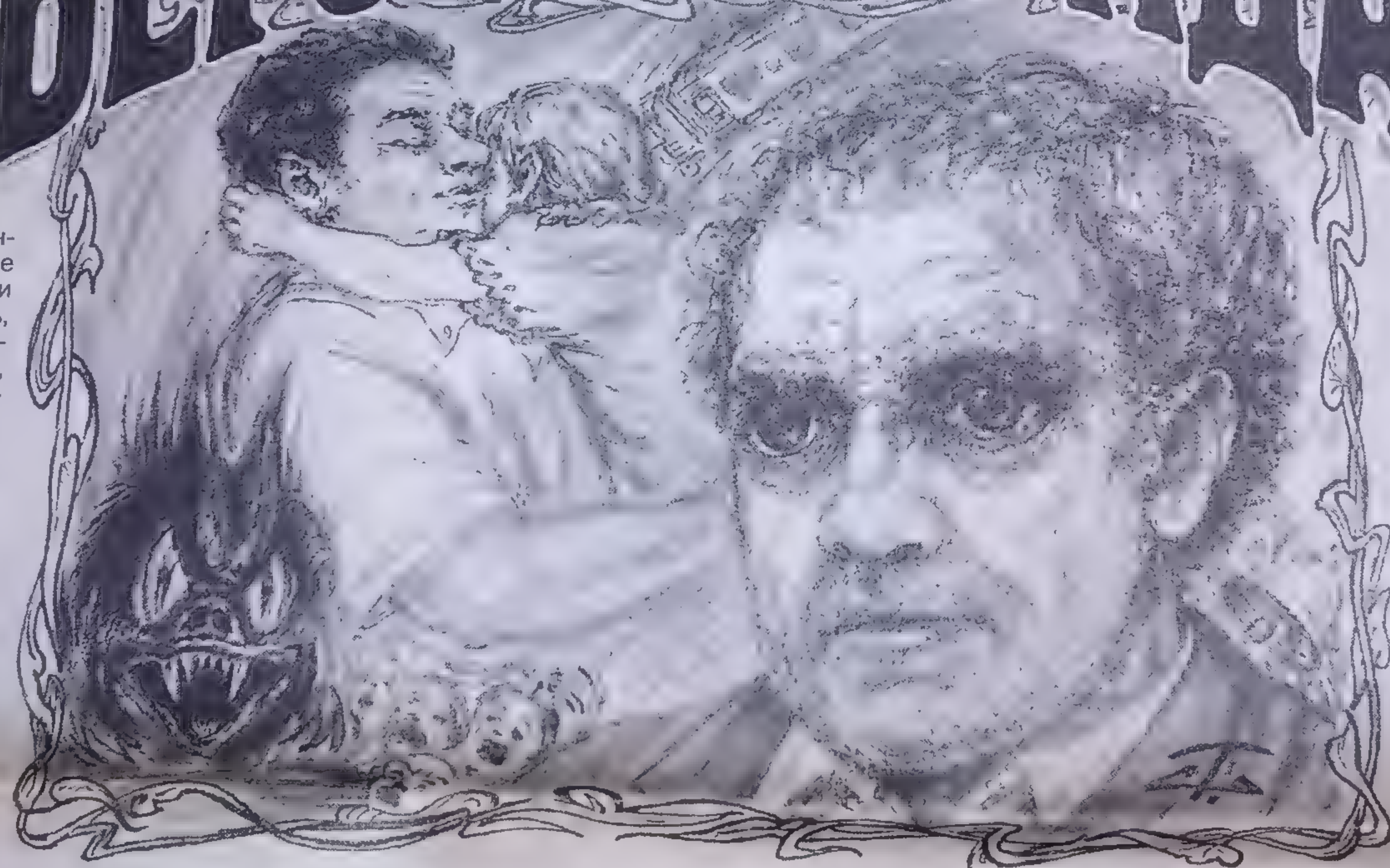
— Значит, это не радость была.
— Радость — понятие физическое. Если у вас она великая, то у меня ее, соответственно, будет меньше. Радость раба, назначенного главным, несопоставима с радостью господина, коему рабы принадлежат. Мы же не знаем, что душа испытывала до того, как нашла эту радость, и что испытает, когда ее потеря-

ко в подземелье нашего счастья, непознанной радости заточено! А сколько на свет выпущено зла и лицемерия!

Я смотрел на спутника, боясь пошевелиться. Сердце громко сту-

Виктор КРАМАРЕНКО

БЕГСТВО ИЗ АДА



ет. Может быть, она ошибалась и радость вовсе не ее. Тогда придут разочарование, зависть, бегство и гибель наконец.

Некоторое время мы молчали.

— Не нужно падать духом, — почему-то шепотом сказал он, пристально глядя мне в глаза, — это большой грех.

чало, будто в груди работала накопальня, отдаваясь эхом в виски. Дыхание перехватило, веки наполнились тяжестью. Я подумал, что пришел мой конец.

Это и в самом деле был конец. Поезд на бешеной скорости, сметающая ограждения и столбы, летел под откос. Вагоны превращались

нашли опору, по бокам и сверху руки ощутили рыхлую поверхность. В лицо пахнуло зловонием. Что делать? Ощупав карманы и не найдя спичек, я решил идти на это дуновение. Шершавые стены ранили руки, ноги спотыкались обо что-то твердое, голова то и дело ударялась о потолок. Но я шел и шел, как слепой, ощупью прокладывая себе дорогу, падал и

Чудовище с красными глазами и отвратительным лицом, полностью покрытое шерстью, сидело между двумя переполненными бассейнами, из которых изливалась кровавая жижа. Время от времени оно указывало рукой в амфитеатр. Туда немедленно бежали слуги и тащили на сцену улыбающегося зрителя. Они раздевали его, ставили на колени перед чудовищем и вождельно ждали указания, в какой бассейн

бросить очередного гостя. Бассейны то вспыхивали, выплескивая искры и языки пламени, то застывали в нетерпении, раскрыв бездонные пасти.

Вакханалия продолжалась с нарастающей силой. Появлялись новые музыканты, яства, тела переплетались в немислимых позах. Слуги поочередно выдергивали жаждущих счастья зрителей и уже подбирались ко мне. В невообразимом грохоте я глядел на ждущих своей очереди и заранее срывающих одежды людей, а сверху появлялись все новые и новые грешники. Их также освещали прожекторами и шумно приветствовали.

Вместе со всеми я рассматривал вновь прибывших, кричал, радовался, поднимая взгляд все выше и выше, и вдруг на самом краю увидел свою маленькую дочку. Рядом с такими же человечками, протягивающими руки, она кричала «Папка, папка!» и горько плакала. Отыскав меня в этой безумной толпе, дочка тянула ручонки, звала, звала и... сорвалась. Ее легкое тельце летело вниз с невероятной скоростью и билось о предательски подставленные ладони.

Я мгновенно ринулся ей навстречу. Ступая по плечам и головам, давая похотливые глаза и саркастические улыбки, я поймал ее и без промедления стал карабкаться наверх. Подо мной трещали кости, рвались волосы, чьи-то руки держали, чьи-то зубы кусали, но я поднимался наперекор всему. Дочурка крепко держалась за шею, всхлипывала и все шептала: «Папка, папка!»

Вагон дернуло, и я снова увидел спящих по перрону пасса-

Купив билет на перроне, я с нетерпением ждал отправления, стараясь не глядеть на перронную толчею, на мелькавших в дверях пассажиров. Попутчик, немолодой мужчина с небритым лицом и глазами навыворот, мало того, что разбудил, так еще вез десяток для маленьких колокольчиков, которые то и дело вздрагивали и издавали жалобный звук. Где-то до Тулы я терпел, потом не выдержал и сказал:

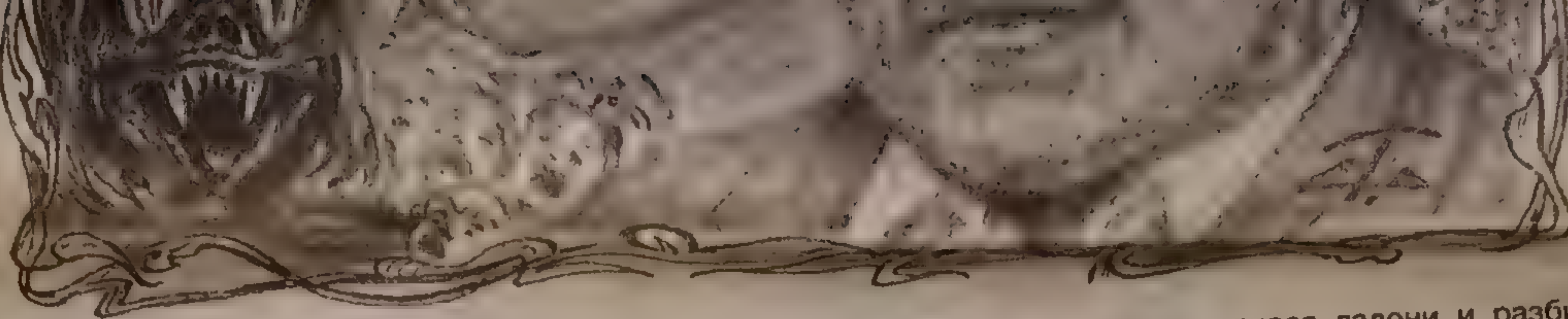
— Вы бы подушкой накрыли их, что ли. Ощущение такое, будто находишься в деревенском табуне и идешь вместе с ним на водопой.

Мужчина спокойно выполнил мою просьбу. Я удовлетворенно кивнул, отхлебнул минералки и, чтобы сгладить неловкость, с улыбкой протянул ему бутылку. Сделав пару глотков, он произнес:

— Кто знает, кому лучше: неразумному животному, пьющему вволю, или человеку, познавшему все прелести жизни, но так и не нашедшему радости для души?

«Где она, эта радость?» — подумал я, но вслух сказал совсем другое:

— Душа сама знает, где ей хорошо, и стремится туда, и влечет за собой тело. Жаль только, что радость свою она находит вовсе не там.



ет. Может быть, она ошибалась и радость вовсе не ее. Тогда придут разочарование, зависть, бегство и гибель наконец.

Некоторое время мы молчали. — Не нужно падать духом, — почему-то шепотом сказал он, пристально глядя мне в глаза, — это большой грех.

Колокольчики звякнули под подушкой, будто ветер всколыхнул хрустальную люстру.

— Жизнь такова, какова она есть. Вы повелитель своей души, так помогите ей. Радуйтесь каждому дню, всему тому, что имеете. И в этом множестве найдете главную радость. Ее защищать станете изо всех сил.

— Легко сказать, — ответил я, вытирая платком лицо. — Настоящая радость что счастье, а оно либо есть, либо нет.

— Если бы все так думали, мы бы давно погрузились во тьму. Он же рад таким, как вы. У него столь-

чало, будто в груди работала накопительная, отдавая эхом в виски. Дыхание перехватило, веки наполнились тяжестью. Я подумал, что пришел мой конец.

Это и в самом деле был конец. Поезд на бешеной скорости, сметающая ограждения и столбы, летел под откос. Вагоны превращались в груды искореженного металла. Страшное месиво из земли, колес, железа, человеческих тел, вещей, стекла вдруг вспыхнуло и застыло в объятиях огня.

Я все это видел потому, что какая-то неведомая сила вдруг подхватила меня и вынесла из кроватной мясорубки. Я слышал треск железа и стоны людей, видел обугленные останки. Я рыдал, глядя на продолжающиеся катиться вниз вагоны.

Неожиданно чудесная сила отпустила меня. Я полетел сквозь пламя и землю, камень и воду и оказался в полной темноте. Ноги

вставал, сдвигая ладони и разбивая гудящий от боли лоб, пока вдруг не услышал доносившиеся откуда-то голоса. Боже мой! Продираясь из последних сил, я уже не обращал внимания на раны и осадины. Там люди, мое спасение! Смех, веселье, радостный шум ворвались в подземелье и подгоняли вперед. Внезапно раздался громкий голос:

— А теперь поприветствуем нового гостя. Аглюдисменты, друзья!

При слове «друзья» меня ослепили десятки прожекторов, вокруг хлопали и стучали, сотни лиц кричали и улыбались.

— Хорошо, будем дальше веселиться, — разнесся вокруг тот же голос, и прожекторы осветили восседающее на троне чудовище.

Грянула музыка, на своеобразной сцене, где обнаженные мужчины и женщины танцевали, пели, веселились и занимались любовью, зажглись тысячи факелов.

рилась. Ее невероятной скоростью и билось о предательски подставленные ладони.

Я мгновенно ринулся ей навстречу. Ступая по плечам и головам, давая похотливые глаза и саркастические улыбки, я поймал ее и без промедления стал выталкивать ее наверх. Подо мной трещали кости, рвались волосы, чьи-то руки держали, чьи-то зубы кусали, но я поднимался наперекор всему. Дочурка крепко держалась за шею, всхлипывала и все шептала: «Папка, папка!»

Вагон дернуло, и я снова увидел спящих по перрону пассажиров. Соседнее место было свободно, пустая бутылка валялась на полу. Не долго думая, я взял вещи, надел шляпу и пошел к выходу.

— Вам же до конца, — удивилась проводница.

— Да кое-что дома забыл... сделать, — ответил я, вглядываясь в вывалившуюся из поезда толпу. — А где этот, с колокольчиками?

— А, вы тоже слышали?.. Весь вагон облазила, так и не нашла. Откуда звенело, непонятно.

— Ну теперь, скорее всего, звенеть перестанет, — вымолвил я, попрощался и направился к вокзалу.

Письма наших читателей

Получила новую квартиру, и у меня резко ухудшилось самочувствие. Может быть, дело в геопатогенной зоне? Как определить ее местонахождение и где лучше поставить кровать?

Ольга ТИМИНА, г. Москва



УСТУПИТЕ КРОВАТЬ КОШКЕ...

Если вашу кровать облюбовала кошка, уступите ей место, а сами отправляйтесь поспать в собачью конуру. Подобное переселение, каким бы странным оно ни казалось, может положительно повлиять на состояние вашего здоровья.

Во всяком случае, так бы поступили наши предки. Однако современные москвичи, испорченные, как заметил классик, жилищным вопросом, давно забыли заветы «старины седой». А ведь наши пращуры хорошо знали о влиянии гиблых мест на самочувствие человека, потому строго придерживались правил: «Там, где легли овцы, строй дом», «Там, где села сорока, рой колодец».

Специалисты считают, что состояние окружающей среды зависит не только от ее загрязненности, но и от целого ряда факторов природного характера. Это, например, зоны разрывных тектонических нарушений и напряжений, подземные водные потоки, включая древние реки. Иссле-

дования показали: каково строение земной коры под домом, таково и здоровье чад и домочадцев, причем чаще всего страдают более чувствительные к внешним воздействиям дети.

В 1920-х гг. немецкие геологи выяснили, что процент смертности людей от рака наиболее высок в районах, пересекаемых геологическими разломами. Так, ученый Густав фон Поль, проводя исследования в двух городах Баварии с населением в 10 000 жителей, установил, что кровати всех 58 человек, умерших от рака, располагались точно над водными жилами.

У 80 процентов добровольцев, помещенных над неблагоприятными зонами, заметно ухудшалось самочувствие, учащался пульс, подскакивало давление, не в лучшую сторону менялись результаты биохимического анализа крови.

Естественно, когда знакомишься с такими фактами, хочется побыстрее найти наиболее комфортное место в собственной квартире. Однако

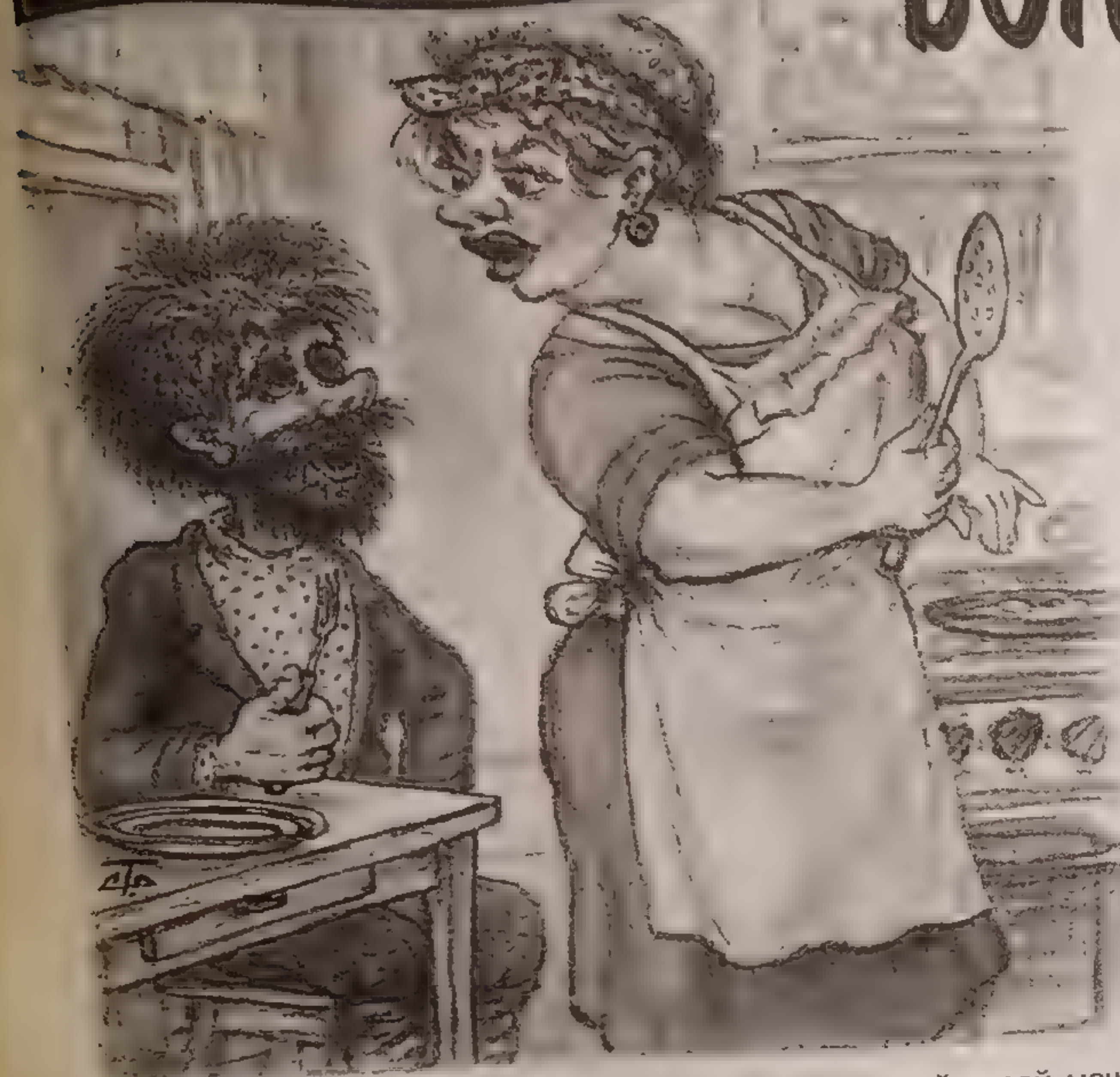
экстрасенсорными способностями обладают далеко не все люди. Проволочная рамка или ивовый прут может «заговорить» лишь в руках избранных.

Поэтому проще всего прибегнуть к давно испытанным приемам. Проверено, что собака, например, никогда не ляжет над так называемой геопатогенной зоной (ГПЗ). Избегают их и другие домашние животные. Исключение составляют лишь кошки, которые, как мы знаем, «гуляют сами по себе».

Интересен и тот факт, что в ГПЗ усиливается деятельность микроорганизмов, вызывающих гниение мяса и скисание вина. Наверное, поэтому строители Санкт-Петербурга по проектам Васильевского острова — будущим кварталам и проспектам — на одинаковом расстоянии от земли подвешивали куски сырого мяса. В тех местах, где оно загнивало быстрее, дома не строили. Ну а вина? Вино у них, по всей видимости, скисать не успевало.

УЛЫБНИТЕСЬ!

БОЛЬШАЯ ЛЮБОВЬ ДОМОВОГО



На Клавку идти, впереди гардероб толкать надо, да и с лица красавицей не назовешь даже после двух бутылок. А с чего ей хилой быть, если всю жизнь на стройке отыщичила? И вот поди ж ты, два раза замужем была и обоих мужей за дверь выставила вместе с дверью. Потом плотников вызывала, чтобы дверь на место навесили. В это утро Клавка, как обычно, на завтрак пожарила два ломтя свинины и залила ее глазуньей из восьми яичек. Сняла сковороду с плиты, повернулась да так со сковородой в руке и замерла: сидит за столом страшно лохматый мужичок! Придвинул ее тарелку к себе и командует:

— Сюда ложи!
— Ты откуда, нахлебничек, здесь взялся?! — удивилась Клавка.
— Я твой домовой, — отвечает лохматый, — а тебе показался потому, что в тебя влюбился!
— Ах ты, сморчок поганый, влюбился, говоришь? Да я сейчас тебя в стул вобью!

И Клавка со всей своей мощи, которая запросто на две лошадиные силы потянет, обрушила сковороду на лохматую голову. Стул проломила, яичница по всей кухне разлетелась, а домовому хоть бы хны: сидит уже на другом стуле и хихикает:

— Вот это мне в тебе особенно нравится!

А Клавка опустилась на стул и горько заплакала: вот до чего дошла, только домового и может влюбиться! А тот спрашивает:

— Чего реветь?

— Тебе, нечесаному, все равно не понять. Разве так в любви объясняются?

— А как?

— Хотя бы цветы для начала подарил.

— А какие?

— Да любые. Помню, в детстве мы ромашки собирали...

Домовой после этих слов исчез: видно, застыдил, что в любви признался не по-человечески. Вечером вернулась Клавка домой, а вся ее однокомнатная квартира

ромашками усыпана! А домового сидит на кухне и спрашивает:

— Чего не радуешься, я же тебе цветы подарил!

— Да пошел бы ты со своими цветами! Устала я сегодня, как собака, не до цветов мне.

— Бегала много?

— Какое — бегала! Пахала, как лошадь!

— Разве можно устать, как собака, если пахать, как лошадь? — удивился домового.

— Еще как можно!

— А зачем ты вместо лошади пахала? — не унимается тот.

— Да чтобы вот эти несчастные деньги заработать! — отвечает Клавка и достает из сумочки тысячу рублей. — Вот дали за полмесяца, да разве на них проживешь? За квартиру заплатить надо, одеться, да и кормить задаром никто не будет.

Взял домового сторублевку, повертел в руках и спрашивает:

— Разве их есть можно? Это же бумага! Да и одежду из них не пошьешь — порвется. Даже лошадь пахать не будет, если ее бумагой кормить!

— Ты, видать, совсем чокнутый. Не бумага это, а деньги. Их на что хочешь обменять можно: и на шубу, и на холодильник!

— Сама ты чокнутая! — рассердился домового. — Чтобы я свой тулуп на бумажки обменял?! Да никогда!

Утром Клавка проснулась, включила свет и аж закипела от возмущения: вся ее библиотека из восьми книжек из тумбочки выброшена и по полу разбросана. Собрала Клавка книги, открыла тумбочку и застыла на месте: забита она сверху донизу пачками со сторублевыми купюрами! Вышла на кухню, а домового уже на стуле сидит.

— Теперь можешь не пахать, как лошадь!

Клавка даже прослезилась. Подошла, поцеловала лохматую голову и целую тарелку яичницы ему набухала. Показалось ей, что и у домового на глазах, которые едва видны за космами, тоже слезы заблистали. Видать, такой же одино-

кий, как и она! Да и кто его, такого неприбранного, полюбит?

Работать Клавка в тот же день бросила. Когда работает, если времени не хватает даже на то, чтобы за покупками с утра до вечера бегать? Уже через месяц Клавку было не узнать. Как только ишачить бросила, на глазах превратилась в такую пышную женщину, что у мужиков просто слюни текли! А тут как-то нагрянули к ней подружки еще со школьной скамьи — Лидка с Валькой — и чуть в обморок не упали и от Клавкиного богатства, и от того, что эта уродина такой красавицей стала! Но Валька тут же заметила синяк у Клавки на шее.

— Что случилось? — спрашивает и на синяк показывает.

Пришлось Клавке все рассказать. А закончила она так:

— Разве после этого могла я отказать ему в поцелуе? Я раньше рабочей скотиной была, а теперь во мне женщина проснулась! Да что синяк, пройдет! Девоньки, ведь никто за всю жизнь меня так не любил!

Вальке даже завидно стало, а Лидка говорит:

— Я бы никогда не позволила никому-то лешему целовать себя! Деньги пусть дает, но чтобы лапаты? Ни за что!

И вдруг как подскочит! Все чашки с чаем опрокинула.

— Ты чего? — спрашивает Валька.

— Кто-то в меня шило снизу воткнул!

Клавка сразу поняла, в чем дело, и сурово так говорит:

— Будешь хулиганить, больше у меня не появляйся!

Слышат, под столом кто-то засопел обиженно, а никого не видно. Подружки после этого быстренько убрались от греха подальше, да и весть необычную не терпелось по округе разнести. Это ж сколько людей обзвонить надо, так что рассиживаться некогда! Целую неделю Валька с Лидкой терпели, а потом не выдержали и позвонили Клавке, чтобы узнать, как дела.

— Ой, девочки, приходите немедленно! Тут такое происходит, ваш совет срочно нужен!

Если нужен кому-то совет, по-другому дважды повторять не надо. Лидка-то рядом живет, а Валька даже такси взяла от нетерпения что-нибудь посоветовать.

— Что случилось?

— Замуж домового меня зовет!

— Куда ж он возьмет тебя с такими габаритами? — засмеялась Лидка.

— Он говорит, это не проблема. Какой надо стать, в такую и превращу, но только при твоём желании.

— Да расскажи ты все по порядку!

— Три дня назад так и сказал: «Проси, что хочешь, но только приходи за меня замуж. Не могу без тебя жить ни на том, ни на этом свете!» Я три дня думала, что бы такое попросить.

— Я бы все страны объездила! — не раздумывая, встала Валька.

— А я бы такой список накатала, что ему не меньше ста лет пришлось бы мои желания исполнять!

— Ничего я так и не придумала, — продолжила Клавка. — Тогда он говорит: «Если не знаешь, что тебе нужно, я сам подарок сделаю. Хочешь, подарю тебе бессмертие?»

Валька с Лидкой аж чаем поперхнулись.

— И что же ты решила?

— Пока ничего, думаю.

А через три дня Клавка исчезла. Лидкин муж хотел в милицию сообщить, но Лидка его остановила:

— Зачем? Ясно, за домового замуж вышла!

— Не верю я в это, — говорит муж, — не совсем же она дура?

— Он ей бессмертие подарил, — задумчиво отвечает Лидка, — а вот ты мне даже пообещать ничего не можешь!

Никто Клавку с тех пор не видел. Мужики смеются:

— Теперь Клавка, наверное, кикиморой стала!

И никак мужья в толк не возмут, почему их глупые бабы Клавке завидуют?! Даже Петька хромой по сравнению с домовым просто Аполлон Бельведерский! И чему тут завидовать?

Николай КУЗНЕЦОВ

ла, чтобы дверь на место навесили. В это утро Клавка, как обычно, на завтрак пожарила два ломтя свинины и залила ее глазуньей из восьми яиц. Сняла сковороду с плиты, повернулась да так со сковородой в руке и замерла: сидит за столом страшно лохматый мужичок! Придвинул ее тарелку к себе и командует:

— Сюда ложи!
— Ты откуда, нахлебничек, здесь взялся?! — удивилась Клавка.
— Я твой домовой, — отвечает лохматый, — а тебе показался потому, что в тебя влюбился!
— Ах ты, сморчок поганый, влюбился, говоришь? Да я сейчас тебя в стул вобью!

горько заплакала: вот до чего дошла, только домовой и может влюбиться! А тот спрашивает:
— Чего ревешь?
— Тебе, нечесаному, все равно не понять. Разве так в любви объясняются?

— А как?
— Хотя бы цветы для начала подарил.
— А какие?
— Да любые. Помню, в детстве мы ромашки собирали...
Домовой после этих слов исчез: видно, застыдился, что в любви признался не по-человечески. Вечером вернулась Клавка домой, а вся ее однокомнатная квартира

чила свет. Вся ее библиотека из восьмидесяти книжек из тумбочки выброшена и по полу разбросана. Собрала Клавка книги, открыла тумбочку и застыла на месте: забита она сверху донизу пачками со сторублевыми купюрами! Вышла на кухню, а домовой уже на стуле сидит.
— Теперь можешь не пахать, как лошадь!

Клавка даже прослезилась. Подошла, поцеловала лохматую голову и целую тарелку яичницы ему набухала. Показалось ей, что и у домowego на глазах, которые едва видны за космами, тоже слезы заблестели. Видать, такой же одино-

— Будешь хулиганить, со мной не появляйся!
Слышат, под столом кто-то засопел обиженно, а никого не видно. Подруги после этого быстренько убралась от греха подальше, да и весть необычную не терпелось по округе разнести. Это ж сколько людей обзвонить надо, так что рассидеться некогда! Целую неделю Валька с Лидкой терпели, а потом не выдержали и позвонили Клавке, чтобы узнать, как дела.

Ой, девочки, приходите немедленно! Тут такое происходит, ваш совет срочно нужен!

ты мне даже пообещать ничего не можешь!

Никто Клавку с тех пор не видел. Мужики смеются:

— Теперь Клавка, наверное, киморой стала!

И никак мужья в толк не возьмут, почему их глупые бабы Клавке завидуют?! Даже Петька хромой по сравнению с домовым просто Аполлон Бельведерский! И чему тут завидовать?

Николай КУЗНЕЦОВ

ТРИ ЦВЕТА ВРЕМЕНИ

(ИЗ ДНЕВНИКА ИЗОБРЕТАТЕЛЯ)



1 июля 94-го

Зарплату задерживают уже четыре месяца, финансирование исследований свернуто, жена ушла... на соседнюю кровать, но это все равно что к другому. Вот она, жизнь гения! Человека, под руководством которого установлено влияние информации на ход химических процессов! Великое открытие сделано. В частности, найден состав информационно-чувствительной краски.

1 августа 94-го

Решили переходить на самофинансирование, а потому приступили к предварительным испытаниям информационно-чувствительной краски. С этой целью изготовили партию опытных образцов — стодолларовых купюр США обычного зеленого цвета.

15 августа 94-го

Сегодня провели тщательное испытание образцов на стендах

В каком-то экзотическом порту встретились два матроса — русский и иностранец. У русского на плече попугай, иностранец обвит питоном. Иностранец спрашивает: «А бутылку водки сможешь выпить?» — «Смогу». — «А две?» — «И две смогу». — «А три сможешь?» В разговор вмешивается попугай: «И четыре, и пять, и шесть! А потом тебе морду набьем, а твоего червяка склюем».

— Вот вам сапоги, которые вы заказывали для вашей новой полярной экспедиции, месье. Надеюсь, вам понравились те, которые я сделал для вашей прошлой экспедиции?

— Да, очень. Это были самые вкусные сапоги, которые я когда-либо ел.

АНЕКДОТЫ

нашего отдела. В качестве эталона сравнения выбрали настоящую стодолларовую купюру США, взятую напрокат. Характеристики опытных образцов оказались полностью идентичными характеристикам эталона сравнения.

11 октября 94-го

«Черный вторник». Доллар совсем взбесился. Он, словно тяжело груженный состав, прет в гору, как будто его тянут спереди и толкают сзади три мощных локомотива. А между тем наши опытные образцы приобрели желтый цвет. Как прикажете это понимать? Поживем — увидим.

12 октября 94-го

Центробанк принял решение о долларовой интервенции. Наши купюры моментально стали красными. Все в полном соответствии с ситуацией. Сначала желтый цвет — внимание! Потом красный — стоп! Похоже, доллар примется опускаться. Интересно, какой цвет приобретут опытные образцы? По этому поводу в отделе была проведена научная дискуссия. Посчитали, что при опускании курса доллара относительно рубля первый доллар должен приобрести цвет маренго ввиду отсутствия в мировой истории

Три дня и три ночи скакал Иван-царевич... Пока у него не отобрали скакалку.

Я ПАМЯТНИК
СЕБЕ УКРАЛ
НЕРУКОТВОРНЫЙ!



другого цвета, связанного с военными победами. Как известно, при деревне Маренго в Италии Наполеон разгромил австрийцев.

14 октября 94-го

Доллар опускают, и наши контрольные образцы приобрели неожиданный цвет — голубой. Вот тебе и маренго! Но это уже детали. Главное — блестящая виктория научной мысли вообще и моей в частности. Пора подумать о Нобелевской премии. В связи с этим решено изготовить опытную партию... шведских крон. Полагаю, лучшего довода для Шведской Королевской академии не найти...

Эмиль ВЕЙЦМАН



Шуфутинский — король русского шансона с яркой, запоминающейся внешностью и своеобразной манерой исполнения. Правда, он не обладает классическим певческим голосом, тем не менее многочисленные слушатели замирают в восторге, пораженные красотой и лиризмом его песен. Может быть, потому, что вместе с песней он дарит нам частицу своей души?

— Михаил Захарович, я поздравляю вас сразу с двумя знаменательными событиями: недавно вышел ваш новый альбом «Я родился в Москве» и открылась страничка в Интернете. В новом альбоме 13 песен. Это число для вас счастливое? И вообще, как вы относитесь к подобным суевериям?

— Прекрасно отношусь, к тому же я родился 13 апреля, поэтому 13 — это мое число.

— Понимаю, с цифрой 13 вы дружите, а вот если, к примеру, черная кошка дорогу перебежит?

— Ходить по Москве приходится немного, я, как правило, езжу на машине. Конечно, сразу хочется вернуться, но на это зачастую не хватает времени, бывает, стоишь в пробке, деваться некуда, значит, судьба, но подсознательно все равно напрягаюсь.

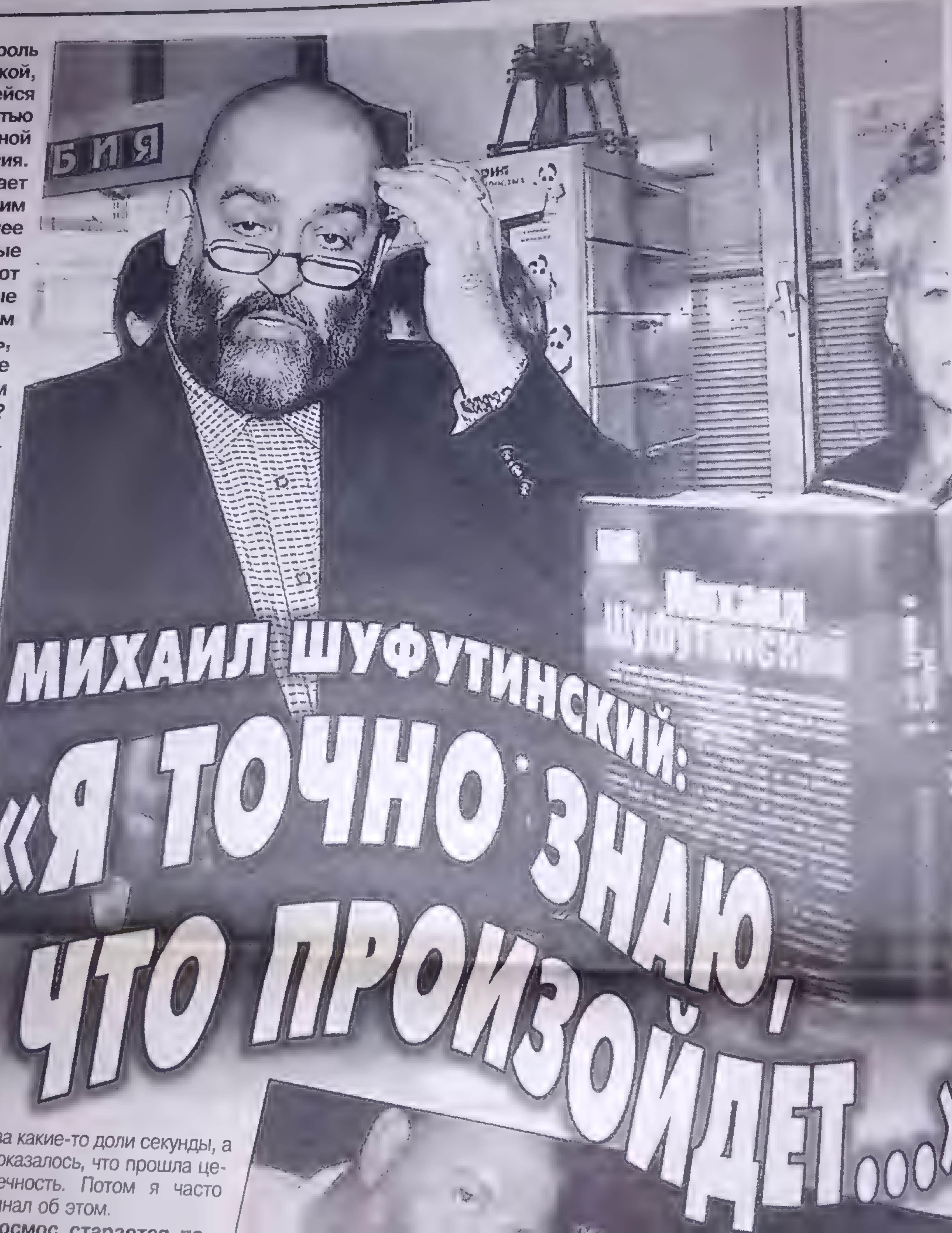
В юности (а я тогда ни во что не верил) мне одна ворожея сказала, что у меня четыре Урана и очень мощная связь с космосом, я способен управлять десятками тысяч людей. Возможно, поэтому число 13 и черная кошка на меня не действуют.

Что же касается примет, в них я верю. В моей жизни порой происходили случаи довольно мистические, например в 1994 г. в Лос-Анджелесе. Мы с режиссером вернулись домой со студии, включили телевизор — показывали триллер о землетря-

сении. Я с ужасом смотрел, как рушатся дома, рвутся трубы, горит газ. Через полчаса началось землетрясение в Лос-Анджелесе, и мой

лось за какие-то доли секунды, а мне показалось, что прошла целая вечность. Потом я часто вспоминал об этом.

— Космос старается по-



МИХАИЛ ШУФУТИНСКИЙ:
«Я ТОЧНО ЗНАЮ,
ЧТО ПРОИЗОЙДЕТ...»

— Известно, что ребенок до 7 лет открыт космосу, и если начать развивать в нем подобные природные склонности, он станет более чувствителен к проявлениям невидимого мира...

— Изначально в каждом человеке есть такие способности, только к этому нужно относиться серьезно и не считать подобные вещи детской фантазией.

— А у вас ни разу не возникало желания познать свои скрытые возможности?

— Пробовал, и неоднократно, но, думаю, начинать опять уже поздно.

— Каким вы видите свое будущее?

— Что касается творческой работы — бурного всплеска в ближайшем будущем я не ожидаю, все идет достаточно ровно. Пока мои слушатели со мной — мы будем творить.

О родных и близких могу сказать лишь то, что у меня два прекрасных молодых сына, два внука... Необходимо следить, чтобы у них все было хорошо, и помогать по возможности. Я это буду делать всегда.

— С внуками, наверное, редко видите?

— Да, хотелось бы чаще. Младший сын живет с семьей на Гавайях, у него растут два мальчика. Сын держит их в строгости.

Моя жена живет в Америке, отец — в Израиле, старший сын — в Москве. Разбросаны по всему земному шару, но тем не менее мы — семья, понимаем и поддерживаем друг друга.

— В свое время вам пришлось уехать в Америку. Что подтолкнуло вас к этому?

— Я не ехал туда, а уезжал отсюда, ситуация заставила, и мне было все равно, ждет ли меня там кто-нибудь или нет. Я не хотел подчиняться и приспосабливаться к тому, что несправедливо. Жизнь одна, и если есть возможность ее улучшить, то почему бы не использовать этот шанс? Уезжая, знал точно, что вот это я должен сделать. Если я туда не поеду — никогда не узнаю, прав я или нет. Мне было тогда 32 года, а в 33 я запел.

Начал изучать язык, нашел работу: играл в ресторанах, барах, помогал в студиях. Я понимал, что приехал туда навсегда, о возвращении не может быть и речи. Поставил перед собой цель — поско-

шине. Конечно, сразу хочется вернуться, но на это зачастую не хватает времени, бывает, стоишь в пробке, деваться некуда, значит, судьба, но подсознательно все равно напрягаюсь.

В юности (а я тогда ни во что не верил) мне одна ворожея сказала, что у меня четыре Урана и очень мощная связь с космосом, я способен управлять десятками тысяч людей. Возможно, поэтому число 13 и черная кошка на меня не действуют.

Что же касается примет, в них я верю. В моей жизни порой происходили случаи довольно мистические, например в 1994 г. в Лос-Анджелесе. Мы с режиссером вернулись домой со студии, включили телевизор — показывали триллер о землетрясении. Я с ужасом смотрел, как рушатся дома, рвутся трубы, горит газ. Ровно через полчаса началось землетрясение в Лос-Анджелесе, и мой дом был разрушен. Спустя какое-то время я ехал по улице и вдруг увидел: из земли бьет огонь (труба разорвалась) и горит газ. Мне даже на мгновение показалось, что я вновь сижу перед телевизором и смотрю тот самый фильм. Вообще, в моей жизни много было мистического.

Однажды мы с друзьями поехали в Серебряный Бор, купались, загорали, играли, стоя по пояс в воде, в волейбол. Неожиданно я почувствовал, что проваливаюсь в какую-то яму. Я стал барахтаться, пытаюсь выбраться, но не мог, меня засасывало. Прежде чем окружающие поняли, что я не балуюсь, а действительно тону, успел вдоволь нахлебаться воды. Правда, после того как меня вытащили, я довольно быстро пришел в себя. Все сразу стали собираться домой, к тому же и дождик начал накрапывать. Мы с приятелем одевались, и вдруг прямо между нами ударила молния, а ведь нас разделяло не более двух метров! Такого страха я не испытывал ни разу в жизни. Я видел, как огненный стержень вертикально вошел в землю. Наверное, это был несчастливый момент в моей жизни, а может, наоборот, счастливый: меня предупредили. По Зодиаку я Овен, огненный знак, и мне нужно бояться воды.

А вот еще одна довольно любопытная история. Когда я учился в школе, частенько проводил каникулы у дедушки, в небольшой белорусской деревеньке. Однажды мы сидели с ним за столом, окна открыты, небольшой сквознячок. Началась гроза, и вдруг в дом влетело странное светящееся облако эллипсоидной формы.

У деда в руках была алюминиевая ложка. Он тихо и медленно, не говоря ни слова, положил ее на стол и замер. Что уж обо мне говорить — я даже вздохнуть боялся. Между тем загадочный гость спокойно облетел вокруг стола — и в окно. Все случи-

«Я ТОЧНО ЗНАЮ, ЧТО ПРОИЗОЙДЕТ...»

лось за какие-то доли секунды, а мне показалось, что прошла целая вечность. Потом я часто вспоминал об этом.

— Космос старается помочь нам, своим неразумным детям, и посылает своеобразные подсказки. А вот сумеем ли мы воспользоваться его помощью, зависит только от нас, нашего уровня восприятия. Прислушивается ли вы к советам Вселенной?

— Иногда заранее знаешь, что произойдет в следующий момент, как сложится та или другая ситуация. И действительно, спустя какое-то время все так и бывает.

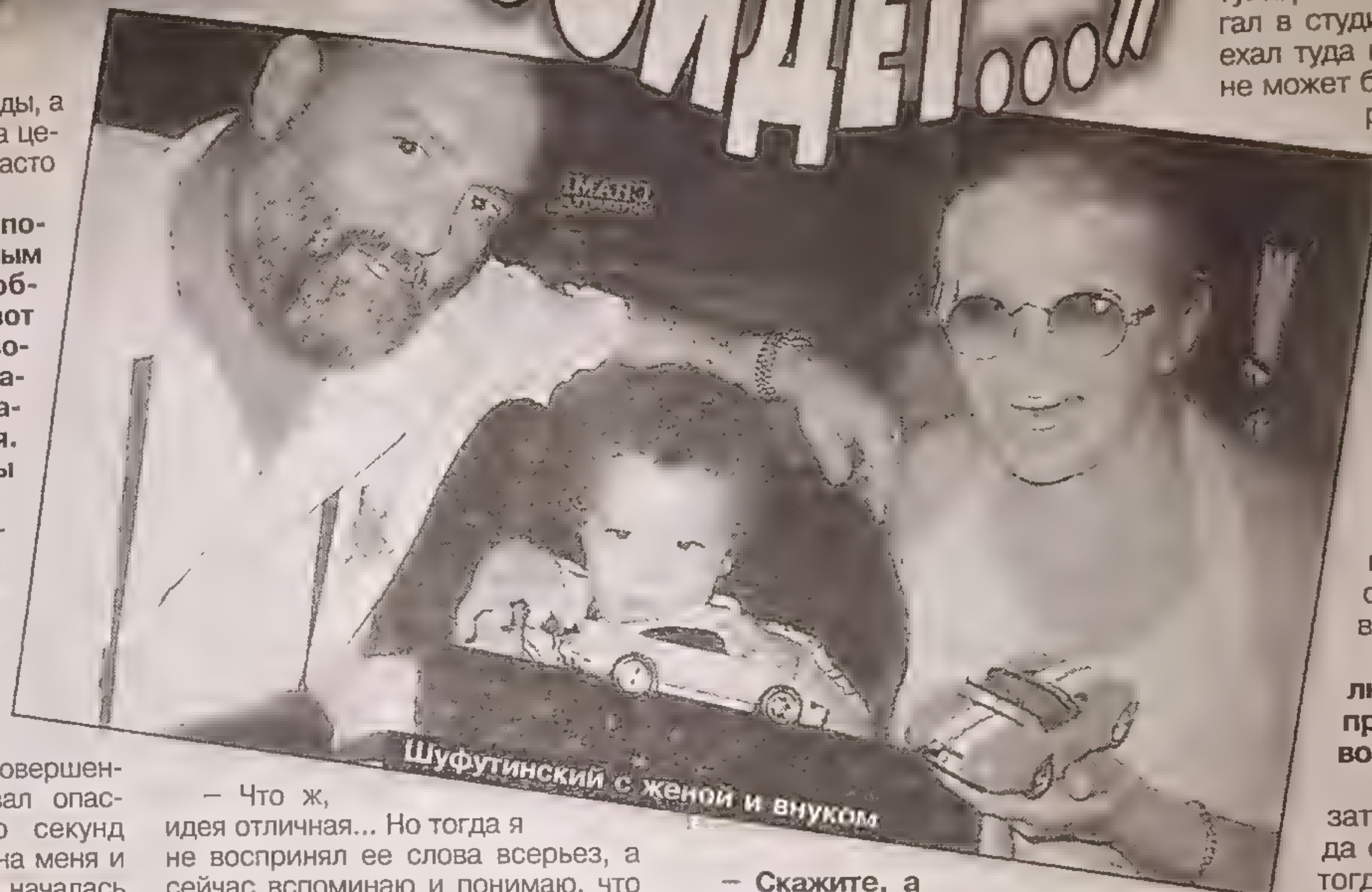
Как-то на катке, мне было лет 13–14, я вдруг совершенно отчетливо почувствовал опасность. Через несколько секунд один парень набросился на меня и здорово заехал в «пятку», началась потасовка.

— Вы, наверное, перед этим набедокурили и ждали расплаты?

— Ничего подобного, драка началась, как говорится, на ровном месте. То, что я почувствовал это заранее, помогло мне должным образом отреагировать на неожиданное нападение. Я и сейчас иногда могу за несколько секунд до прихода какого-нибудь человека точно сказать, кто явится.

А вот еще одна занимательная история. Будучи студентом, на каникулах я ездил с цирком по селам России — аккомпанировал на аккордеоне (подрабатывал таким образом). Я никогда не верил в предсказания, а тут вдруг в поезде ко мне пристала молодая красивая цыганка: «Дай погадаю, черноголовый, всего три рубля». Я согласился. Посмотрела она на мою руку и говорит: «Проживешь ты долго, а умрешь на чужбине, но зато во второй половине жизни станешь знаменитым у себя на родине».

— Тогда на чужбину лучше не возвращайтесь, живите здесь.



Шуфутинский с женой и внуком

— Что ж, идея отличная... Но тогда я не воспринял ее слова всерьез, а сейчас вспоминаю и понимаю, что смеяться над этим нельзя, как, впрочем, и над снами. В них я верю и знаю точно, что некоторые действительно бывают вещими.

— Скажите, а вы «заказываете» себе сны?

— Нет, конечно, все происходит спонтанно. Однажды со мной во сне приключилась такая история. Я не люблю галстуки и не умею их завязывать, а мне вдруг приснилось, что я завязываю галстук, и так ясно и отчетливо — узелок за узелком. Утром я встал и впервые в жизни завязал галстук, причем так, как увидел во сне. С тех пор я ношу галстуки.

А вот еще одна «сонная» история. Раньше я был увлеченным джазовым музыкантом и никакими песнями и сценой не интересовался, считал это чем-то несерьезным. И вот мне приснилось, что я пою на сцене, в длинном одеянии, в шляпе, похож на Демиса Русоса, в зале полно народу, аншлаг. Я был молодой, стройный, без бороды и петь не собирался, а тут вдруг такое странное видение. А сон-то оказался в руку! Еще говорят, под пятачку сны сбываются, я в это верю.

— Скажите, а специальную литературу, например по толкованию снов, экстрасенсорике, не читаете?

— Только то, что бывает в прессе, но я мало верю бульварным газетам. Сны целиком и полностью зависят от того, как вы их трактуете, от вашего понимания ситуации и событий, которые вам привиделись. Научно это явление объяснить нельзя, как, впрочем, и многие другие подобного рода.

— Позвольте с вами не согласиться. Телекинез существует — это давно научно доказано и подтверждено. Взять хотя бы Нинель Кулагину. Когда она передвигала предметы взглядом, приборы фиксировали усиление магнитного поля, определенного излучения...

— Да, я вас понимаю и думаю, что раньше человек имел больше различных способностей. Они были необходимы ему, чтобы выжить. С развитием цивилизации он многое приобрел, но немало и утратил. Правда, остались люди, у которых такие способности сохранились, но их очень мало.

— Я не ехал туда, а уезжал отсюда, ситуация заставила, и мне было все равно, ждет ли меня там кто-нибудь или нет. Я не хотел подчиняться и приспосабливаться к тому, что несправедливо. Жизнь одна, и если есть возможность ее улучшить, то почему бы не использовать этот шанс? Ужасно, жаль, точно, что вот это я должен сделать. Если я туда не поеду — никогда не узнаю, прав я или нет. Мне было тогда 32 года, а в 33 я запел.

Начал изучать язык, нашел работу: играл в ресторанах, барах, помогал в студиях. Я понимал, что приехал туда навсегда, о возвращении не может быть и речи. Поставил перед собой цель — поскорее вникнуть в ситуацию, понять, почему здесь люди так живут, а не иначе, какие законы. Находясь там, сделал вывод, что какой-то дьявол витает над Россией на протяжении многих лет и не дает ей стать процветающей страной. В Америке у людей совершенно другая ментальность и психология, человек там свободен абсолютно во всем.

— А можно ли русским людям каким-то образом привить подобное мировоззрение?

— Для этого нужно оказаться в моей ситуации, когда обратной дороги нет, вот тогда в человеке и проявятся все скрытые способности, резервы, поскольку в моменты стресса и тяжелых переживаний человек выплескивает из себя самое сильное, лучшее — так уж он устроен.

— Выходит, если у человека все хорошо, он удачлив, ему необходимо искусственно создавать стрессовые ситуации?

— Да, конечно. Если говорить о людях творческих, то, например, удивительная влюбчивость, ставшая уже притчей во языцех, — это не распушенность, а необходимость периодически ощущать духовное обновление, что тоже, кстати, является своеобразным стрессом.

Россини создал свою знаменитую оперу в самый трудный период жизни и потом 42 года не писал ничего вообще.

— Скажите, а вы подвержены стрессам?

— Да. Я много переживаю, на все реагирую, но, несмотря ни на что, живу, радуюсь, творю, мечтаю и люблю.

Валентина ПОПОВА



16 июля. Постарайтесь все важные дела перенести на другой день, включая плановые операции. Не рекомендуется начинать длительный курс лечения. Советуем также уменьшить количество принимаемых лекарств.

Вещими сегодня считаются только кошмары и очень конкретные сны, особенно увиденные на восходе солнца. Летать или слышать во сне свое имя — знак защиты и удачи. Провалиться — к болезням.

17 июля. Показаны покупки, особенно одежды. День веселья и радости, хорош для начала учебного процесса и различных очистительных процедур, включая массажи и растирания. Один из лучших дней для гаданий.

Сны сегодня должны трактоваться конкретно. Все услышанные во сне слова должны быть ясными, все непонятное — от беса.

18 июля. Хорошо завершать старые дела и избавляться от ненужных вещей. Ко всем событиям, произошедшим сегодня, следует относиться серьезно. Постарайтесь не отправляться в дальние поездки.

Если сегодня вы не видели снов, значит, у вас нет серьезных проблем. Хорошо видеть зеркало или себя в зеркале — знак избавления от несчастий.

19 июля. Сегодня можно покупать недвижимость, въезжать в новую квартиру. Все начинания будут перспективными только в том случае, если вы отнесетесь к ним очень серьезно. Не следует предпринимать никаких авантюрных поступков.

Под утро хорошо видеть яркие сны. Праздники, пиры — знак богатства и помощи, молния — к благоприятным переменам в жизни.

20 июля. День перед новолунием (23.46). Не следует начинать но-

вые дела. Хорошо печь пироги, заниматься хозяйством. Противопоказаны операции на желудке, употребление алкоголя. Повышена опасность отравлений.

Сны сегодня снятся редко, но если они имеют продолжение, то очень значимы и непременно хорошие вещи.

21 июля. Противопоказаны хирургические операции, т.к. могут возникнуть интенсивные кровотечения, как следствие, медленная заживляемость ран. День творческих задумок и материальных дел. Хорошо начинать строительство дома и храма.

Сны считаются значимыми, если они связаны с какими-то материальными вещами. Деньги — знак обмана и потери. Видеть или готовить во сне пищу — к материальному благополучию.

22 июля. Сегодня показаны участие в спортивных соревнованиях, физическое укрепление организма. День активных начинаний и рискованных поступков. Не рекомендуется играть в азартные игры. Благоприятное время для приобретения и огранки камней.

Значимыми считаются динамичные сны. Сражения, битвы, если вы во сне спасаетесь от нападения диких зверей — знак борьбы с недостатками в себе.

23 июля. Хорошо заключать договоры, подписывать контракты. Сегодня не рекомендуется делать подарки и покупки. Голодание про-

На период 16.07 - 31.07

тивопоказано. Луна находится в знаке Девы — мнительность, ложные страхи по поводу различных недугов.

Яркие сны не имеют большого значения. Видеть дорогу, ехать — к иллюзиям, препятствиям в делах. Принимать пищу — к богатству.

24 июля. Показаны любые терапевтические процедуры. Хорошо

принимать отвары, делать припарки, покупать лекарства. День укрепления здоровья, больше уделяйте внимания своему телу, но не следует перенапрягаться. Показано обливание холодной водой.

Сны после восхода солнца: видеть птиц — знак того, что скоро вы получите хорошее известие. Плавать в чистой воде — к удаче, в мутной — к болезни.

25 июля. День больших и серьезных дел, которые должны быть продуманы заранее. Рекомендуется проведение праздников, физические упражнения, бег. Хорошо отправляться в дальние поездки. Не следует делать крупных покупок.

После восхода солнца значимы все сны, связанные с растениями. Больной, увидевший цветы (особенно распускающиеся), обязательно поправится.

26 июля. Не следует проводить операций с недвижимостью. Не рекомендуется отправляться в длительные морские путешествия. Этот день лучше провести по свободному графику, ничего заранее не планируя и не следуя строгим установкам. Благоприятны контакты, новые знакомства. Хорошее время для гаданий.

Сны вещие. Молния, огонь — к переменам в жизни.

27 июля. Рекомендуется отправляться в путешествия, особенно пешие. Сегодня не следует готовить

пищу, лучше есть приготовленное заранее. Показано поститься и поменьше спать.

Считается, что сегодня после восхода солнца лучше снов не видеть.

28 июля. Очень хороший день для отдыха, особенно на природе. Не следует перенапрягаться, можно подольше поспать. Во второй половине дня старайтесь избегать конфликтных ситуаций, в противном случае можете оказаться жертвой дурного психологического воздействия.

Грибы — к здоровью и материальному благополучию. Видеть змей, драконов или терять волосы — к болезни.

29 июля. Если сегодня возникнут кризисные ситуации, их следует разрешать очень быстро. Вторую половину дня советуем посвятить самообразованию.

Сны после восхода солнца: сбываются только конкретные и если вам снятся родственники или близкие люди. Трактуются прямо.

30 июля. Показаны любые водные процедуры. Решение социальных вопросов лучше перенести на следующий день. Праздники рекомендуется проводить только в узком кругу. Из напитков лучше употреблять белое вино и соки.

Хорошо видеть животных и птиц. Плавать — освобождение от болезни.

31 июля. День хорош для подписания важных договоров, заключения крупных сделок. Это критическое время — следите за своими мыслями и словами. Любая дурная мысль сегодня может воплотиться в реальность. Не рекомендуется заключать брак.

Имеют значение только сны ясные и конкретные, а путанные и символические лишь вводят в заблуждение. Видеть огонь или источник света — знак защиты, помощи.

«Телефон дьявола»

(976-Evil), США, 1988, 93 мин. Режиссер Роберт Ингланд. В ролях: Сэнди Деннис, Стивен Джеффрис, Лесли Дин, Джоанна Кийис, Джим Метцлер, Патрик О'Брайен, Мария Рубелл. Мистический триллер.

Юный Хоакс — обычный подросток с кучей проблем, которого смело можно назвать полным неудачником. Но все меняется, когда ему на глаза попадает реклама с

ВИДЕОСАЛОН

«Живешь только дважды»

(You Only Live Twice) Режиссер



ЗАЗЕРКАЛЬЯ

«Омен-4: Пробуждение»

(Omen 4: The Awakening), США, 1994, 94 мин. Режиссеры: Хорхе Монтеи, Доменик Олень-Жерар. В ролях: Фэй Грант, Майкл Лернер, Мэдисон Мэйсон, Эйша Вейра. Мистический триллер.

Последняя часть знаменитого «сатанинского» киносериала, повторяющая основной сюжетный посыл первой картины. Только теперь вместо мальчика — сына Антихри-

принимать никаких авантюри-
стиков.
Под утро хорошо видеть яркие
сны. Праздники, пиры — знак богат-
ства и процветания, а также к благо-
приятным переменам в жизни.

20 июля. День перед новолуни-
ем (23:46). Не следует начинать но-

во сне спасаетесь от нападения
диких зверей — знак борьбы с недо-
статками в себе.

23 июля. Хорошо заключать до-
говоры, подписывать контракты.
Сегодня не рекомендуется делать
подарки и покупки. Голодание про-

неудов.
Яркие сны не имеют большого
значения. Видеть дорогу, ехать — к
иллюзиям, препятствиям в делах.
Принимать пищу к богатству.

24 июля. Показаны любые тера-
певтические процедуры. Хорошо

знакомства. Хорошее время для
гаданий.
Сны вещие. Молнии, огонь — к
переменам в жизни.

27 июля. Рекомендуется путеше-
ствия, особенно пе-
шие. Сегодня не следует готовить

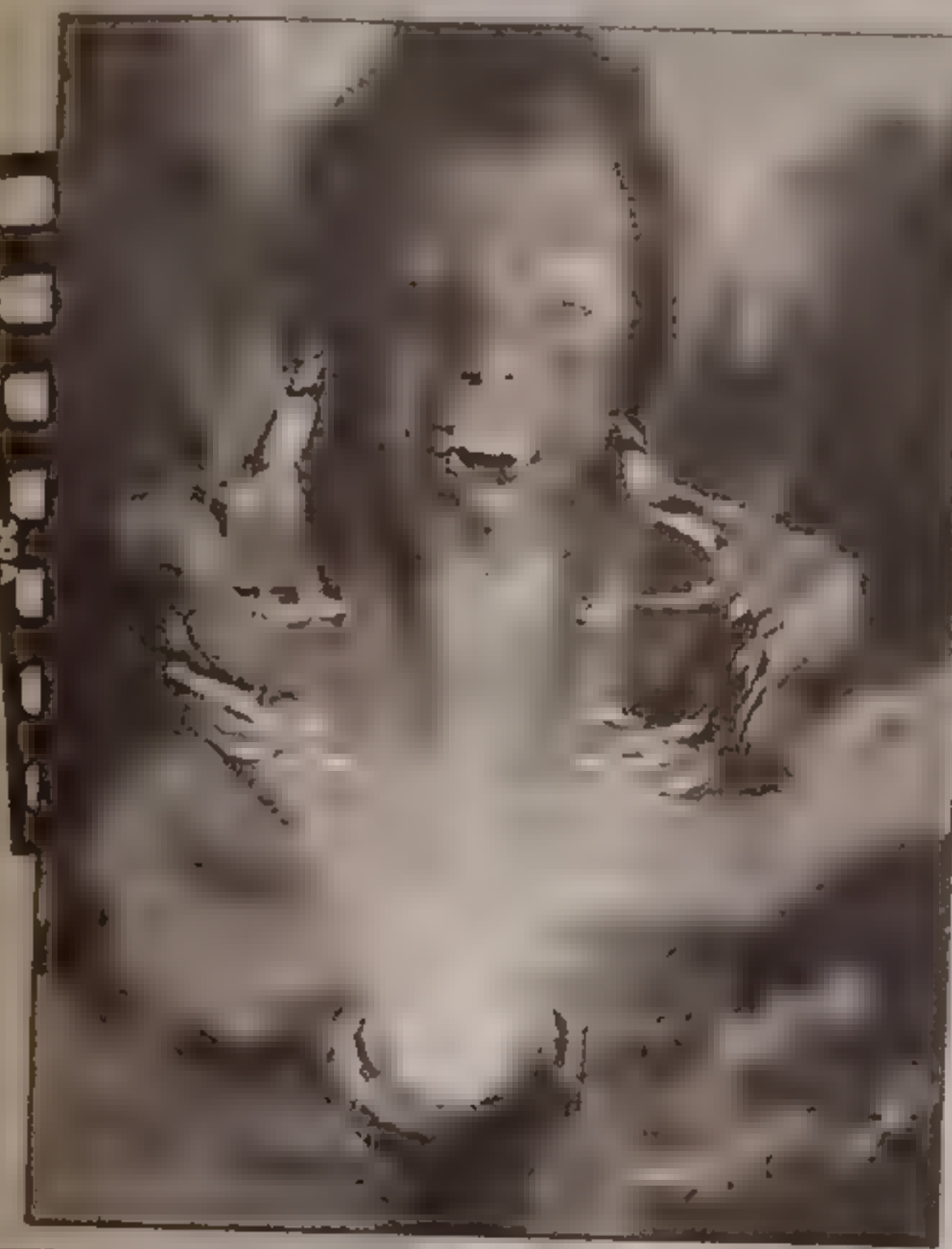
мысль сегодня может воплотиться в
реальность. Не рекомендуется за-
ключать брак.

Имеют значение только сны яс-
ные и конкретные, а путанные и сим-
волические лишь вводят в заблуж-
дение. Видеть огонь или источник
света — знак защиты, помощи.

«Телефон дьявола»

(1976-Evil), США, 1988, 93 мин. Режиссер Ро-
берт Ингланд. В ролях: Сэнди Деннис, Сти-
вен Джеффрис, Лесли Дин, Джоанна Кийис,
Джим Метцлер, Патрик О'Брайен, Мария Ру-
белл. Мистический триллер.

Юный Хоакс — обычный подросток с кучей проблем,
которого смело можно назвать полным неудачником. Но
все меняется, когда ему на глаза попадает реклама с



предложением по-
звонить по теле-
фону 976-ЗЛО и
воспользоваться
некими необычны-
ми услугами. Ге-
рой набирает но-
мер, не подозре-
вая, что обраща-
ется за помощью
прямохонько в
преисподнюю!
Вы-то наверняка
помните, какова
цена подобных
услуг, а вот ге-
рой, похоже, за-
был, чем распла-
чиваются те, кто
водится с нечис-
той силой...

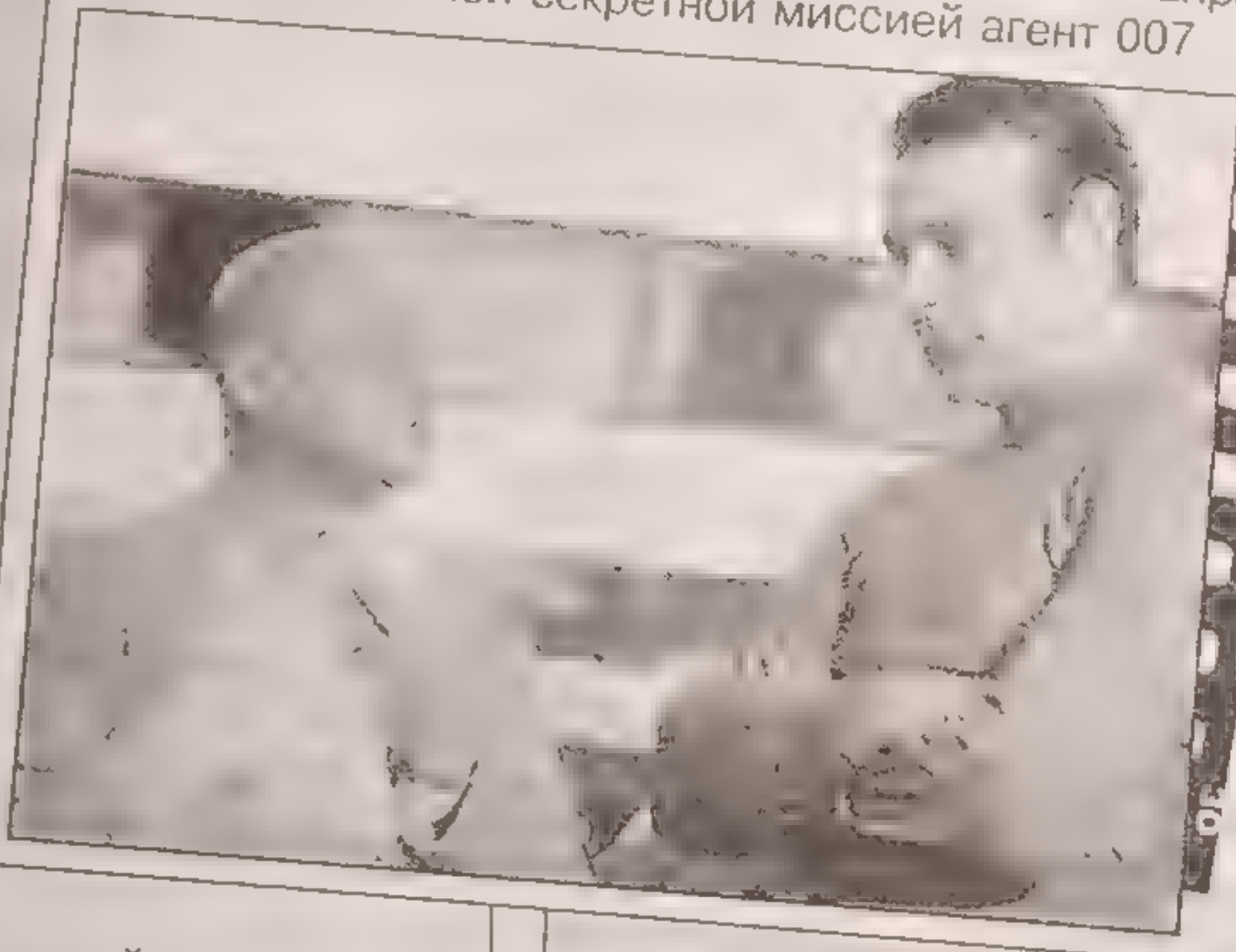
ВИДЕОСАЛОН

ЗАЗЕРКАЛЬЯ

«Живешь только дважды»

(You Only Live Twice), Великобритания-США, 1967,
110 мин. Режиссер Льюис Гилберт. В ролях: Шон Кон-
нери, Акико Вакабаяси, Тецуро Тамба, Дональд Пле-
зенс. Боевик.

Пятый фильм Бондианы. На этот раз враги челове-
чества пытаются поссорить самые могущественные го-
сударства мира и тем самым спровоцировать начало
ядерной войны. С этой целью они создали ракету-пе-
рехватчик, которая захватывает сначала американский,
а затем советский космические корабли. Следы про-
павших кораблей ведут в Японию, куда и был направ-
лен с особо важной секретной миссией агент 007



только теперь заметил
мальчика сына Антонио

ста — фигурирует де-
вочка. Итак, Дэмьен
Торн мертв, но Про-
рочество существует,
и на свет загадочным
образом появляется
Дилия. Первое время
девочка жила в като-
лическом монастыре,
а затем ее решили
удочерить Карен (Фэй
Грант) и Джен (Майкл
Вудс) Йорк — молодая пара, мечтающая о ребенке. Спустя девять лет
девочка вдруг... забеременела. Доктор (Мэдисон Майсон), обследуя ее,
приходит к заключению, что здесь не обошлось без нечистой силы. Ка-
рен, узнав, что Дилия была рождена при загадочных обстоятельствах,
нанимает частного детектива, чтобы найти настоящих родителей этого
создания. Вскоре над Карен сгущаются тучи, и она, почувствовав, что ей
грозит смертельная опасность, начинает подозревать всех и вся в заго-
воре против нее...



«Наблюдатель»

(The Watcher), США, 2000, 93 мин. Режиссер Джо Чарбэник.
В ролях: Джеймс Спейдер, Киану Ривз, Мариса Томей. Ми-
стический триллер.

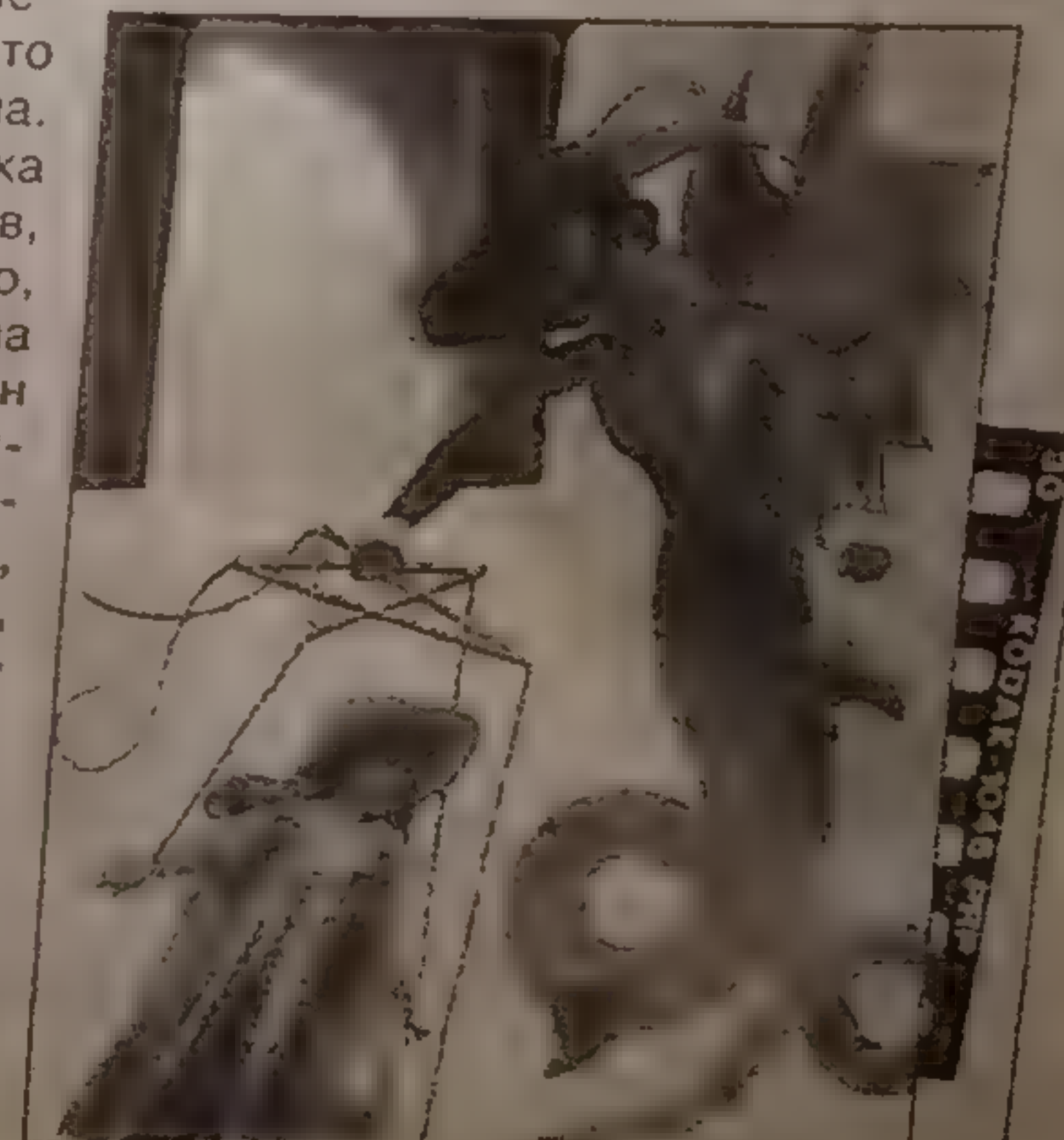
Восемь лет агент ФБР Джоэл Кэмпбелл (Джеймс
Спейдер) выслеживал серийного убийцу, с дьявольской
хитростью охотившегося за своими жертвами и с непостижимой жестокостью
расправлявшегося с ними. Потеряв здоровье в тщетных поисках, внутренне опу-
стошенный, не в силах больше постигать извращенную логику маньяка, агент
ФБР ушел на пенсию и переехал в другой город. Там Кэмпбелл надеялся обрести
покой и забыть по-новому. Казалось бы, ничто не в си-
лах помешать ему навсегда расстаться с ужасным про-
шлым. Но не успел он про-
жить на новом месте и не-
сколько месяцев, как по го-
роду прокатывается волна
зверских убийств, имею-
щих все тот же до ужаса
знакомый почерк. Маньяк
(Киану Ривз), ощущающий
мистическую связь со сво-
им многолетним противни-
ком, затевает опасную игру,
ставка в которой — жизнь...



«Изгоняющий дьявола»

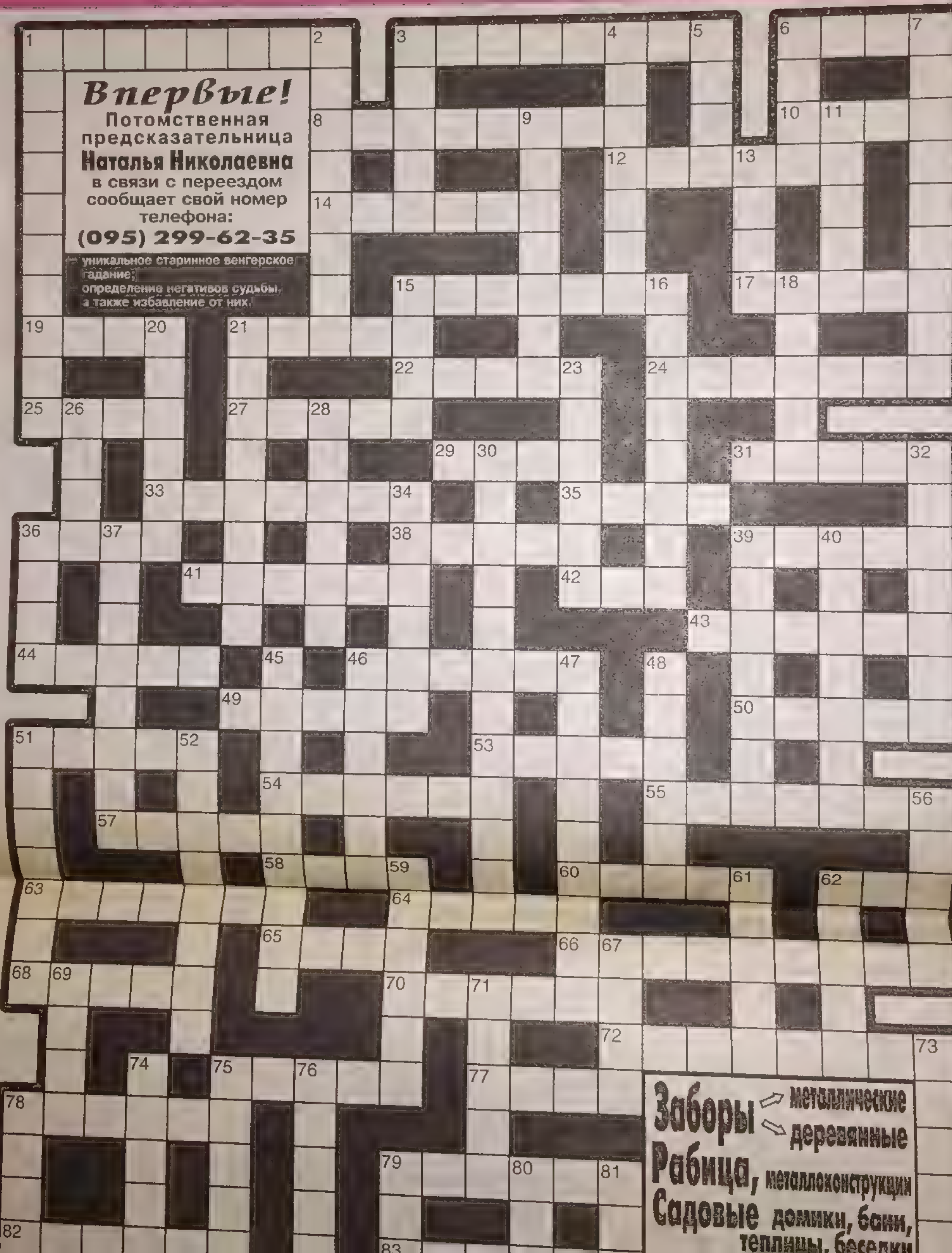
(The Exorcist), США, 1973, 121 мин. Режиссер Уильям Фридкин. В ролях:
Эллен Берстин, Линда Блэр, Джейсон Миллер, Макс фон Сюдов. Мистиче-
ский триллер.

В 1949 году, когда Уильям Питер Блэтти учился в Джорджтаунском
университете, один из преподавателей предложил ему взять темой дип-
лом проблему вселения нечис-
той силы в тело человека. В это
время Сент-Луис остро переживал новый случай демониизма.
Сверхъестественные явления в спальне 14-летнего мальчика
привели в замешательство врачей, психиатров и святых отцов,
вызванных перепуганными родителями. И только после того,
как был проведен обряд изгнания, бесовская сила покинула
тело мальчика. Блэтти написал не только диплом, но и роман
на эту тему, который больше года возглавлял список бестсел-
леров. Но фильм, поставленный Уильямом Фридкиным, намно-
го превосходит книгу по силе воздействия. Выйдя на экраны,
он поверг зрителей в состояние шока. Речь в нем идет о том,
как в прелестную и послушную 12-летнюю девочку, дочь пре-
успевающей актрисы, вдруг вселился дьявол. И малышка ста-
ла творить всякие дикие вещи: она летает по комнате, изры-
гает зловонную зеленую жижу, чудовищно ругается. Испуган-
ная мать (Эллен Берстин), не получив никаких разумных объяс-
нений ни от ученых, ни от медиков, обращается за помощью к
Богу: приглашает двух известных священников для совершения
обряда изгнания дьявола... Картина была в 10 номинациях на
«Оскара» и получила 4.



СУПЕРКРОССВОРД

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Будущий изюм. 3. То, что читают между строк. 6. Приправа, превращающая несъедобную пищу в съедобную. 8. Медицинская склянка с делениями. 10. Игра с бочонками. 12. Олигарх. 14. Болезнь, мучающая ребенка судорожным кашлем. 15. Принятие пищи для восстановления сил, израсходованных ночью. 17. Доброе дело. 19. Печальный результат демократического переворота в России. 21. 1% от гектара. 22. Дите ослицы, изнасилованной жеребцом. 24. Волосок из глазных зарослей. 25. Дырка в стволе, из которой смерть вылетает. 27. Семейное гробохранилище. 29. Международная кличка американцев. 31. Дипкурьер Бога. 33. Охламон. 35. Трава, которой соловьиная ночь пахнет (песен.). 36. Месяц прилета грачей. 38. Дерево, которое знобит. 39. Эстрадная певица, одной своей фамилией берущая все крепости. 41. Художник, подаривший миру «Даная». 42. Частокол. 43. Кустарник, ассоциирующийся с дядькой в Киеве. 44. Самый близкий среди чужих. 46. Цивилизованная спекуляция. 49. Тара, в которой кота покупают, не глядя. 50. И жена Б. Ельцина, и колдунья в «Руслане и Людмиле». 51. Адамово яблоко, но не фрукт. 53. Калым. 54. Комплект патронов, вставляемых в винтовку. 55. Древнегреческий врач, открывший, что сознанием управляет головной мозг. 57. Нелепый случай. 58. Лестница на корабле. 60. Папа Икара (миф.). 62. Ненормативная лексика, вытесняющая русский язык. 63. Солнечный спутник. 64. Рисковое дело. 65. Судно Стеньки Разина (песен.). 66. Бедность, при которой просят подаяния. 68. Ходячий мертвец. 70. Клюв, которым плотник долбит полено. 72. Егоза. 75. Возвышенный тон остротной речи. 77. Проступок, вызывающий чувство раскаяния.



Впервые!

Потомственная
предсказательница
Наталья Николаевна
в связи с переездом
сообщает свой номер
телефона:
(095) 299-62-35

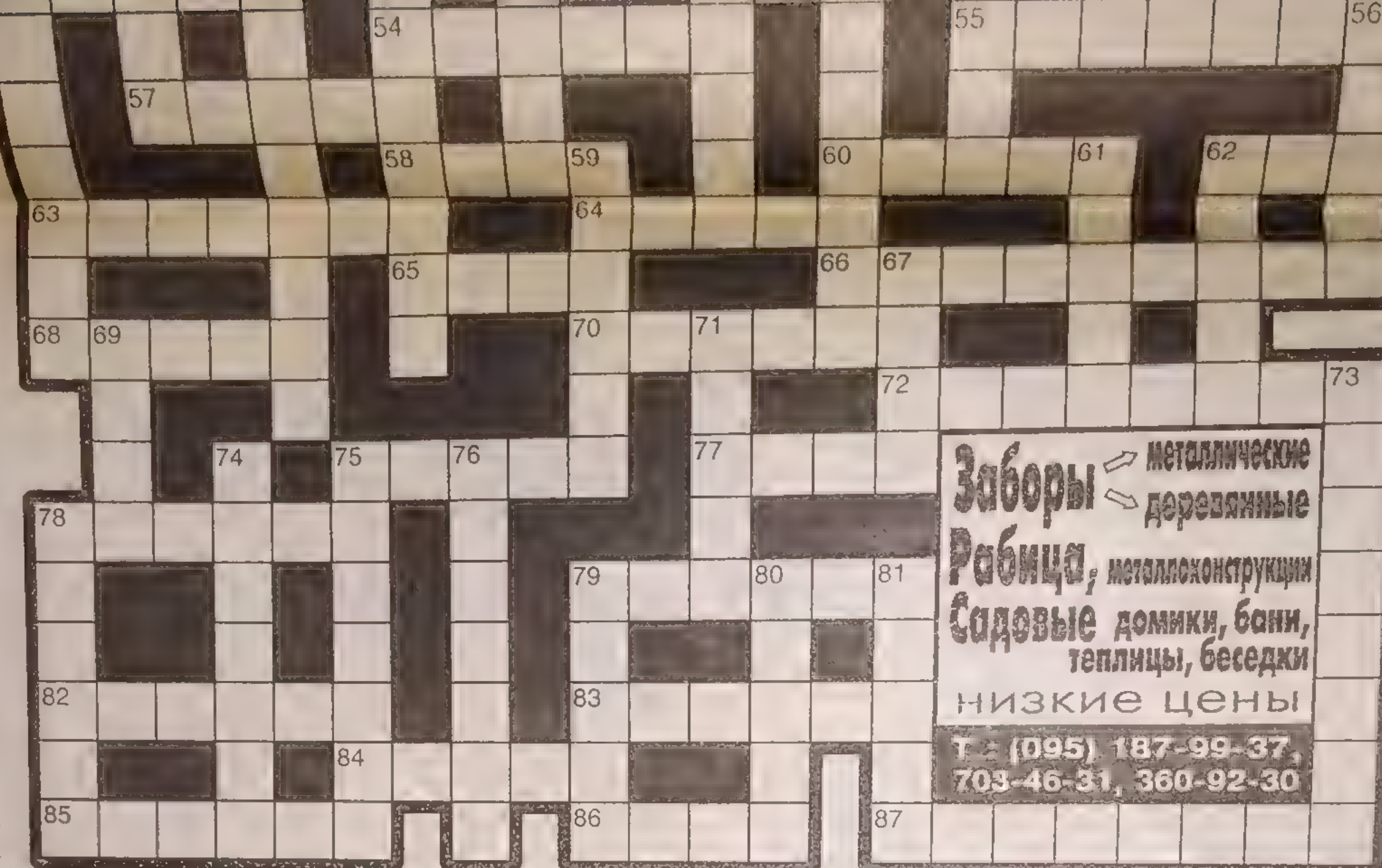
уникальное старинное венгерское
гадание;
определение негативов судьбы,
а также избавление от них.

Заборы — металлические
Рабица — деревянные
Садовые домики, бани,
теплицы, беседки

новременно. 84. Бывший Заир. 85. Съём дачи на лето. 86. Где находится трава, на которой дрова? 87. Будущая бабочка.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Гениальный ребенок. 2. Сторонник народовластия. 3. Коленом под зад. 4. Чем считалась борьба за права человека в советское время? 5. Работа корабельщиков в «Сказке о царе Салтане». 6. Главное, что должен иметь штангист. 7. То, что вместо шапки на ходу одел рассеянный с улицы Бассейной. 9. Оконный переплет узника. 11. Трава, выросшая на месте скошенной. 13. Сияние вокруг головы святого. 15. Рыванье пушек в унисон. 16. Санитарный пункт для лиц, прибывающих из зараженной местности. 18. Гений, оставивший Россию во мгле. 20. Звук, от которого оглохнуть можно. 21. И дворянство, и купечество. 23. Погода в доме. 26. Сборник уличного мусора. 28. Самолетный водила. 30. Словесное обозначение предмета. 32. «Вечный огонь» перед ликом святого. 34. Справочник ночных видений. 36. Кукуруза. 37. Внутренний голос. 39. Человек, кредо которого — «Своя рубашка ближе к телу». 40. Палка, за которую рыбак на берегу держится. 45. Отсутствие части денег, обнаруженное при проверке. 46. Украшение старого анекдота. 47. Участник дуэли, который в драку не лезет. 48. Самая быстрая дикая кошка. 51. Бутуз. 52. Стрекотун коленками назад. 56. Чем чует опасность матерый преступник? 59. Наклонная площадка для въезда инвалидов на колясках. 61. Карета с откидным верхом. 62. Французская певица, подхватившая эстафету Э. Пиаф. 67. Первый русский патриарх, независимый от Константинополя. 69. Зарок. 71. Боксер с правосторонней стойкой. 73. Повитуха. 74. Один из баров.

лизированная спекуляция. 49. Та-
ра, в которой кота покупают, не
глядя. 50. И жена Б. Ельцина, и
колдунья в «Руслане и Людмиле».
51. Адамово яблоко, но не
фрукт. 53. Калым. 54. Комплект
патронов, вставляемых в винтов-
ку. 55. Древнегреческий врач,
открывший, что сознанием уп-
равляет головной мозг. 57. Не-
лепый случай. 58. Лестница на
корабле. 60. Папа Икара (миф.).
62. Ненормативная лексика, вы-
тесняющая русский язык. 63.
Солнечный спутник. 64. Риско-
вое дело. 65. Судно Стеньки Ра-
зина (песен.). 66. Бедность, при
которой просят подаяния. 68.
Ходячий мертвец. 70. Клюв, ко-
торым плотник долбит полено.
72. Егоза. 75. Возвышенный тон
страстной речи. 77. Проступок,
вызывающий чувство раскаяния.
78. Пуля Амура. 79. Сосуд с во-
дой для заседаний. 82. Само-
стойный выходной. 83. Обрете-
ние свободы мужем и женой од-



Заборы — металлические, деревянные
Раблица — металлоконструкции
Садовые домики, бани, теплицы, беседки
низкие цены
Т: (095) 187-99-37, 703-46-31, 360-92-30

телу». 40. Палка, за которую ры-
бак на берегу держится. 45. От-
сутствие части денег, обнаружен-
ное при проверке. 46. Украшение
старого анекдота. 47. Участник
дуэли, который в драку не лезет.
48. Самая быстрая птица в полете.
51. Бутуз. 52. Строкотун коленка-
ми назад. 56. Чем чует опасность
матерый преступник? 59. Наклон-
ная площадка для въезда инвали-
дов на колясках. 61. Карета с от-
кидным верхом. 62. Французская
певичка, подхватившая эстафету
Э. Пиаф. 67. Первый русский пат-
риарх, независимый от Констан-
тинополя. 69. Зарок. 71. Боксер с
правосторонней стойкой. 73. По-
витуха. 74. Один из героев, кото-
рого А. Толстой отправил в «Хож-
дение по мукам». 75. Банные тро-
пики. 76. Удача. 78. стакан-мало-
летка. 79. Населенный пункт, уп-
равляемый мэром. 80. Покрови-
тельство. 81. Болезнь души.

УЧЕБНО-ПРОИЗВОДСТВЕННЫЙ ЦЕНТР работает с 1989 г.

МОСКОВСКИЙ БИЗНЕС-КОЛЛЕДЖ
Комитет образования Правительства Москвы
Свидетельство о государственной аккредитации: серия ОБ №0008813

- | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> ▶ БУХУЧЕТ + ПК ▶ БУХГАЛТЕР-СЧЕТОВОД (выдается госсвидетельство) ▶ КОМПЬЮТЕР ДЛЯ БУХГАЛТЕРА ▶ КОНСТРУКТОР-МОДЕЛЬЕР ▶ МЕНЕДЖЕР + ПК ▶ МЕНЕДЖЕР ПО ТУРИЗМУ + ПК ▶ МЕНЕДЖЕР ПО ПРОДАЖАМ + ПК ▶ КОМПЬЮТЕР ДЛЯ МЕНЕДЖЕРА ▶ СЕКРЕТАРЬ (выдается госсвидетельство) ▶ КОМПЬЮТЕР В ОФИСЕ (школьникам, студентам — скидка 10%) | <ul style="list-style-type: none"> ▶ АНГЛИЙСКИЙ ЯЗЫК (5 уровней) ▶ ПАРИКМАХЕР (выдается госсвидетельство) ▶ КОСМЕТОЛОГ-ВИЗАЖИСТ ▶ ДИЗАЙНЕР ИНТЕРЬЕРА + ПК ▶ КОМПЬЮТЕРНЫЙ ДИЗАЙН ИНТЕРЬЕРА ▶ ОФИЦИАНТ-БАРМЕН (+2 недели практики в ресторане "Мир") ▶ БАРМЕН-СОМЕЛЬЕ ▶ КЛАССИЧЕСКИЙ МАССАЖ |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

У нас ДИПЛОМ с присвоением квалификации и ГЕРБОВОЙ ПЕЧАТЬЮ.
СИСТЕМА СКИДОК. СУББОТНИЕ И ВОСКРЕСНЫЕ ГРУППЫ.
Доступные цены. СОДЕЙСТВИЕ В ТРУДОУСТРОЙСТВЕ.
ДЛЯ РАБОТОДАТЕЛЕЙ: подбор персонала (095) 205-39-83.

Адрес: м. "Краснопресненская",
М. Предтеченский пер., 1/2, каб. 22.
Тел.: (095) 205-48-71 (круглосуточно),
255-95-04, 213-73-46 (с 10 до 18 ч. по будням)



ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ **МИР НОВОСТЕЙ** ПРИГЛАШАЕТ

розничных распространителей,
мелко- и крупнооптовых
покупателей продукции
газет

«Мир новостей»,
«Мир зазеркалья»,
«Мир садовода», «Мир кино и ТВ»
сборников
«Суперкроссворд»,
«Кроссворденек»,
«Сканворды».

Возможна доставка в регионы.

Т. (095) 917-35-04

Телефоны
рекламных
отделов:
(095) 925-44-73,
923-52-28,
281-19-85,
207-33-26,
205-39-47,
255-95-08.

ОТДЕЛ РЕКЛАМЫ: (095) 917-35-04

ВНИМАНИЕ
РОЗНИЧНЫХ РАСПРОСТРАНИТЕЛЕЙ,
МЕЛКО- И КРУПНООПТОВЫХ ПОКУПАТЕЛЕЙ
ПРОДУКЦИИ ИЗДАТЕЛЬСКОГО ДОМА «МИР НОВОСТЕЙ»:

приобрести
по самым низким издательским ценам
газету «Мир зазеркалья»
вы можете по адресу
109028, Москва, Яузский бульвар, 14/8
Тел.: 916-26-31, 917-72-51, 917-35-04

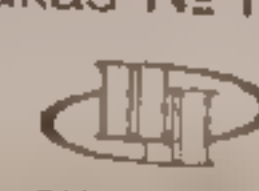
Здесь же вы можете приобрести и другие наши издания:
газеты «Мир новостей», «Мир садовода», «Мир ТВ и кино»,
«Мир сканвордов», сборники «Суперкроссворды»,
«Сканворды» и «Кроссворденек».

16

Главный редактор — Андрей ХОТЕНОВ
Зам. главного редактора — Ирина ЛЕМАНСКАЯ
Учредитель — коллектив редакции.
В номере использованы материалы
«Экстра-пресс».
Газета выходит два раза в месяц



Газета зарегистрирована
в Комитете РФ по печати.
Рег. № 016585
ИД «Медиа-Пресса». Заказ № 14340
Распространение —



101000, Москва, Главпочтамт, а/я 2102.
Тел. редакции: 284-43-12
Тел. рекламного отдела: 925-64-88,
925-44-73, 925-21-08, 281-19-85, 255-95-08,
205-39-47, 207-33-26
Отдел распространения: 284-40-30, 207-30-31
Отд. общественных связей: 925-83-03

Тираж 100 тыс. экз.
За тексты и телефоны в рекламе
редакция ответственности не несет.
Рукописи не рецензируются и не возвращаются
При перепечатке ссылка на "МЗ" обязательна.



**НОВЫЕ
УЖАСЫ
НА ВИДЕО**

Стр. 15

СЕКРЕТ ДОЛГОЛЕТИЯ В... ПУПКЕ

Стр. 9

№16(89),
ИЮЛЬ
2001 г.

Тайное вокруг нас

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ

**Мир
НОВОСТЕЙ**

Мир ЗА ЗЕРКАЛОМ

Стр. 2

**ВНЕЗЕМНОЙ СЛЕД
ИЗУВЕРСКИХ УБИЙСТВ**

Стр. 5



**ВНЕЗЕМНОЙ СЛЕД
ИЗУВЕРСКИХ УБИЙСТВ**

Стр. 5

**СЕКСУАЛЬНАЯ
КОНТРРЕВОЛЮЦИЯ**

Стр. 9

**МИСТИКА
ЗВЕРИНЫХ ГЛАЗ**

Стр. 4

**ЛЕСНАЯ НЕЧИСТЬ
СРОДНИ ОБОРОТНЯМ**





люди и нелюди

В 1956 г. майор американского ракетного испытательного полигона Вайт-Сэндз видел, как неопознанный летающий объект диско-видной формы похитил сержанта Джонатана П. Луэтта. Три дня о нем ничего не было известно, а потом в пустыне неподалеку от полигона нашли его изуродованное тело: гениталии удалены, а прямая кишка вырезана с поистине хирургической аккуратностью. Глазные яблоки у Луэтта тоже отсутствовали, он был полностью обескровлен. Руководство воздушных сил посчитало, что сержант Луэтт заблудился в пустыне и погиб.

Леонард Х. Стрингфилд, бывший офицер военно-воздушной разведки США, в своей книге «Крушение и удержание НЛО» приводит как один из примеров удивительную историю времен вьетнамской войны, которую ему поведал армейский офицер высшего ранга. Когда этот офицер был в Камбодже, подчиненной ему группе особого назначения пришлось вступить в перестрелку с... пришельцами: солдаты наткнулись на них в тот момент, когда они сортировали части человеческих тел и складывали их в большие, плотно закрывающиеся емкости. После этого подразделение американских военнослужащих несколько дней никуда не выпускали и дотошно допрашивали, причем под гипнозом

Известно немало случаев таинственной гибели людей, когда найденный труп оказывался странным образом обезображен, словно по нему прошелся лазерный скальпель, и полностью обескровлен. Обычно о подобных вещах пишут лишь уфологи, да и то, как правило, в связи с загубленными животными. Когда же речь заходит о людях, то большинство СМИ считает, что всему виной — маньяки и сатанисты. А тем временем тысячи людей на нашей планете продолжают исчезать неизвестно куда, зачастую при весьма странных обстоятельствах.



ВНЕЗЕМНОЙ СЛЕД ИЗУВЕРСКИХ УБИЙСТВ

довидным образом надругался над мертвыми телами: отсек часть лица, вырезал глаза, желудок, щитовидные железы, гениталии. Власти немедленно учинили проверку всех служащих, дежуривших в ту ночь в злополучных моргах, однако никакой зацепки не нашли.

БРАЗИЛЬСКИЕ СЕРИАЛЫ

зад, ни признаков разложения, ни трупного запаха не отмечено. Полицейские беспристрастно зафиксировали, что труп обескровлен, но следов крови ни на теле, ни вокруг него не найдено. В протоколе вскрытия также сказано, что губы, глаза и уши удалены, ротовая полость пуста, т.е. язык отсутствует, вырезаны гениталии.

метить, что и полицейские, и медики были твердо убеждены: ни одно из обнаруженных отверстий не является пулевым. Видимо, именно сквозь эти относительно небольшие отверстия каким-то образом изымались внутренние органы.

Отчет патологоанатомов содержит и другие шокирующие подробности. У трупа оказалась удаленной мошонка в анальной области; осталась лишь расширяющаяся к поверхности воронка диаметром 7,5-10 см. И что особенно noteworthy в отношении изъятых тканей пищеварительного тракта и прямой кишки все один к одному (как под копирку!) совпадает с результатами обследований загубленного скота.

Бразильские уфологи уверяют, что этот случай далеко не единичный и ранее НЛО также довольно часто проявляли непонятную агрессивность по отношению к людям.

КАКОВЫ ЖЕ ВЕРСИИ?

В последнее время учеными обнаружены некоторые странные факты, невольно наводящие на мысль, что к этим преступлениям действительно могут быть причастны НЛО. Например, на трупе изувеченного быка, непонятным образом оказавшегося в труднодоступной гористой местности (на вершине гигантского валуна), были найдены следы чистого гемоглобина. Получить его в полевых условиях практически невозможно: необходима специальная лаборатория с особой центрифугой, которая сепарирует компоненты крови.

Кроме того, в митохондриях растений вокруг подобных трупов обнаружены характерные изменения, такие же, как и в растениях широко известных пиктограмм на злаковых полях Англии и других стран. Зачастую они настолько существенны, что растения вскоре начинают чахнуть и усыхать.

И наконец, в почве участка, где находят труп, обычно обнаруживаются мельчайшие бусинки магнетита. Они состоят из такого чистого железа, какое можно встретить разве что в метеоритах. Уже в 3-4 м от трупа их, как правило, нет вовсе. Известно, что по меньшей мере 3 искусственных спутника — «Маринер-II», «Маринер-IV» и «Пегас» — подтвердили наличие микрометеоритов (так называемой космической пыли) в атмосфере.

Офицер также утверждал, что солдаты впустили «ложных пришельцев», а истинные пришельцы появились лишь годы спустя. Это, конечно, поражает воображение.

Офицер также утверждал, что солдаты впустили «ложных пришельцев», а истинные пришельцы появились лишь годы спустя. Это, конечно, поражает воображение.

ВНЕЗЕМНОЕ СЛЕДЫ ИЗУВЕРСКИХ УБИЙСТВ

Офицер также утверждал, что ему и его солдатам внушили «ложные воспоминания», а истинные стали всплывать лишь годы спустя. История эта, конечно, поражает, но если все было именно так, получается, что военное руководство и правительственные ведомства не могут не знать о нездоровом интересе инопланетян к человеческим органам.

В 1989 г. внимание Дона Мэйсона, директора отделения MUFON в штате Айдахо, привлек один странный случай, произошедший 10 лет назад. Охотники, как обычно, промышлявшие в лесу, неожиданно наткнулись на страшно изу-

родованный труп: губы и гениталии отсутствовали, в теле — ни капли крови. К тому же босые ступни погибшего были совершенно чистыми — ни земли, ни песка, ни даже прилипших травинок. Создавалось впечатление, будто человек прилетел сюда по воздуху.

Вскоре были обнаружены и вещи погибшего — в нескольких милях от того места, где нашли труп. До сих пор никто не знает, каким образом он туда попал, а главное — что же приключилось с несчастным. Известно, правда, что в этих местах уже не раз находили изуродованные трупы домашних животных и там же видели «летающие тарелки».

А вот еще одна диковинная история. В 1988 г. в Вестчестере (США, штат Нью-Йорк) было взломано несколько моргов. Некто чу-

довищным образом надругался над мертвыми телами: отсек часть лица, вырезал глаза, желудок, щитовидные железы, гениталии. Власти немедленно учинили проверку всех служащих, дежуривших в ту ночь в злополучных моргах, однако никакой зацепки не нашли.

БРАЗИЛЬСКИЕ СЕРИАЛЫ

Не менее чудовищные случаи происходили и в Бразилии. Уфолог Энкарнасьон Сапата Гарсия и доктор Рубенс Гоэс обнародовали серию сенсационных фотографий, взятых из полицейских досье. На снимках — труп мужчины с такими же ранами, что и у множества животных, гибель которых обычно связывают с НЛО. Тело было обнаружено 29 сентября 1988 г. неподалеку от водохранилища в Гварапиранге.

Уфологи, изучавшие протоколы полиции, выяснили, что на теле убитого не было обнаружено никаких следов борьбы. Хотя вскрытие показало, что смерть наступила два-три дня на-

зад, ни признаков разложения, ни трупного запаха не отмечено. Полицейские беспристрастно зафиксировали, что труп обескровлен, но следов крови ни на теле, ни вокруг него не найдено. В протоколе вскрытия также сказано, что губы, глаза и уши удалены, ротовая полость пуста, т.е. язык отсутствует, вырезаны гениталии.

Без сомнения, все манипуляции выполнял кто-то, хорошо знакомый с хирургией. Отсутствие кровотечения из ран свидетельствует о том, что, возможно, использовался лазер, так как при этом края раны мгновенно прижигаются, кровь коагулируется. Иссечения ткани были обнаружены на лице, внутри и снаружи грудной клетки, брюшины, на ногах, руках; на предплечьях и руках — отверстия диаметром 2,5–3,8 см. Грудная клетка оказалась впалой — вследствие удаления внутренних органов. В протоколе вскрытия также указано: на месте удаленного пупка имеется отверстие диаметром 3,8 см, ведущее в спавшуюся брюшную полость, что свидетельствует об изъятии кишечника. Важно от-

шестию. Получить его в полевых условиях практически невозможно: необходима специальная лаборатория с особой центрифугой, которая сепарирует компоненты крови. Кроме того, в митохондриях растений вокруг подобных трупов обнаружены характерные изменения, такие же, как и в растениях широко известных пиктограмм на злаковых полях Англии и других стран. Зачастую они настолько существенны, что растения вскоре начинают чахнуть и усыхать.

И наконец, в почве участка, где находят труп, обычно обнаруживают мельчайшие бусинки магнетита. Они состоят из такого чистого железа, какое можно встретить разве что в метеоритах. Уже в 3–4 м от трупа их, как правило, нет вовсе. Известно, что по меньшей мере 3 искусственных спутника — «Маринер-II», «Маринер-IV» и «Перас» — подтвердили наличие микрометеоритов (так называемой космической пыли) в околоземном пространстве и повсюду в космосе. На обычных полях чистое намагниченное железо в такой концентрации не встречается.

Не исключено, что пришельцы и в самом деле проводят какие-то исследования. Так, по крайней мере, думают некоторые уфологи. И хотя сам землянин склонен воспринимать себя как существо исключительное, вполне может оказаться, что мы являемся лишь одним из многочисленных объектов исследования, биологическим видом, образцы которого кем-то изучаются, коллекционируются, а может быть, и используются в каких-то не известных нам целях.

Подготовила
Светлана АНИНА

Британский уфолог Джон Поуп утверждает, что все гении на Земле — потомки космических пришельцев. Приблизительно 30–40 тыс. лет назад нашу планету посетили представители внеземного разума, именно они основали древние цивилизации, достигшие высокой ступени развития. Инопланетяне вступали в браки с землянами, у них рождались дети. Сейчас, предполагает уфолог, около 50% населения Земли составляют люди, чьи предки были пришельцами.

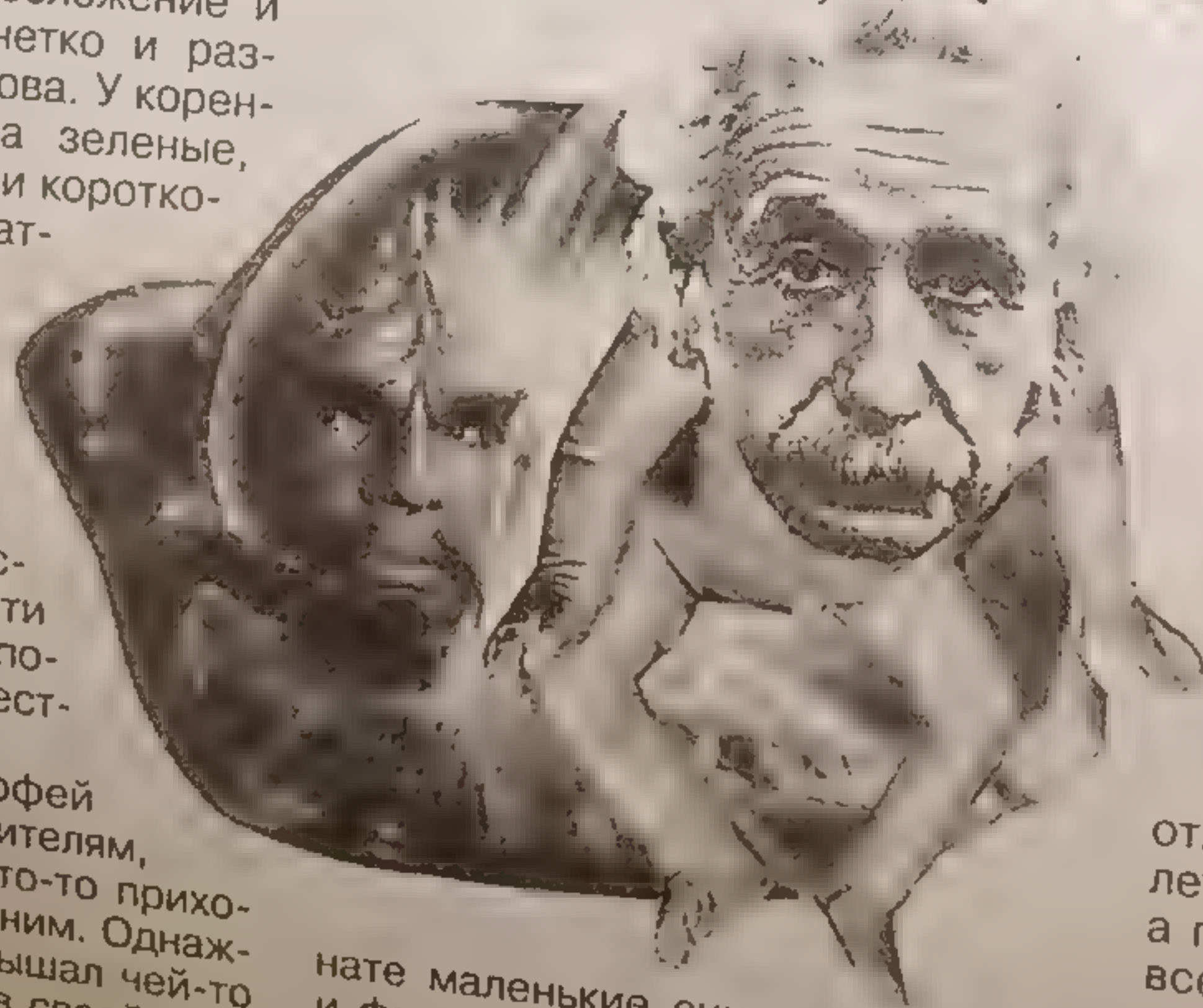
По мнению Поупа, к этой категории относятся все знаменитости в области науки и искусства, экстраенсы и ясновидцы. Но наиболее яркий талант лишь у немногих (1% человечества). Возможно, эти люди ведут свое происхождение от более поздних союзов с пришельцами или же у них больше инопланетных генов, чем у других. «Наследники пришельцев» — высокие, стройные интеллектуалы, склонные скорее к умственному труду, чем к физическому. У них серые или синие глаза, изящ-

ОТ ПРИШЕЛЬЦЕВ РОЖДАЮТСЯ ГЕНИИ?

ная форма рук, длинные тонкие пальцы с бледно-розовыми ногтями, хрупкое телосложение и низкие голоса, они четко и раздельно произносят слова. У коренных же землян глаза зеленые, черные или карие, руки короткопалые, ладони квадратной формы, ногти светло-коричневые или светло-фиолетовые, голоса высокие, речь быстрая и невнятная...

Но порой сверхъестественные способности появляются у людей после контакта с неизвестными существами.

Шестилетний Тимофей часто жаловался родителям, что по ночам к нему кто-то приходит и разговаривает с ним. Однажды ночью мальчик услышал чей-то голос, а днем увидел в своей ком-



нате маленькие синие и фиолетовые шарики. Они оказались говорящими и сообщили Ти-

моше, что хотят с ним познакомиться. С тех пор он иногда вызывал эти шарики по собственному желанию и играл с ними.

Взрослые, разумеется, решили, что рассказ сына — обычные детские фантазии, но вскоре начались чудеса. Ребенок неожиданно объявил, что может видеть будущее. Соседка, у которой муж лежал в больнице с переломами обеих ног, спросила Тимою, скоро ли поправится ее супруг. Мальчуган ответил, что попросит шарики полететь и посмотреть на больного, а потом сообщит: у мужа соседки все будет хорошо, ему «сделают операцию» — проткнут косточки в ноге спицами, как у велосипеда, а затем прикрепят их к другим железным палочкам. Шестилетний

ребенок дал полное описание конструкции... аппарата Илизарова!

Родители Тимоши обратились к парапсихологам, и те попросили мальчика рассказать что-нибудь о своих сверхъестественных друзьях. Он тут же «подключился» к шарикам и на вопрос, откуда они, запинаясь, ответил: «Пара... пара... Какой-то парами?» Может быть, он хотел произнести «параллельные миры»?

Между тем большинство ученых полагают, что инопланетяне и обитатели параллельных миров здесь ни при чем. Подобные чудеса — признак генетической мутации, затронувшей мозг, в котором, оказывается, есть особая зона подавления творческой активности. Те, у кого она «отключена» или повреждена, могут стать гениями.

Дина КУНЦЕВА



ПУСТЫНЯ ДЛЯ КОСМИЧЕСКИХ БЛОНДИНОВ

На границе США и Мексики, в 400 милях от Эль-Пасо, есть пустынная местность, в пределах которой по непонятной причине отказываются работать телевизоры и радиоприемники. Она зовется Зоной молчания.

В ближайшем городке Себаллос, расположенном в 25 милях от аномального района, неизвестная сила периодически глушит теле- и радиоэфир (видимые помехи при этом отсутствуют). В зоне же радио окончательно замолкает, да и другие приборы неизменно выходят из строя: наручные часы останавливаются, а стрелка компаса крутится, как бешеная.

Предания гласят, что еще в середине XIX столетия местные фермеры нередко наблюдали, как с совершенно безоблачного неба на землю падают «горячие камни»...

В 1930-х гг. у мексиканского пилота Франсиско Сарабия во время полета над пустыней отказала радиостанция. Он доложил об этом своему начальству, но тогда никто не придавал значения его сообщению.

В 1964 г. в районе Сан-Игнасио проводила разведку геофизическая экспедиция под руководством инженера-химика Гарри де ла Пенья. Отправившись в пустыню, ла Пенья неожиданно обнаружил, что его портативная рация не работает. Он вернулся на базу, и тут выяснилось, что аппарат вполне исправен. При очередном визите в зону рация опять заглохла. То же самое произошло и с товарищами Гарри.

Позже, в 70-х гг., американская экспериментальная баллистическая

**В этой странной зоне
нельзя посмотреть
телевизор или
услышать позывные
радиостанций, здесь
ломаются приборы
и останавливаются
часы. Таинственные
НЛО проносятся
над головой,
а пришельцы
из космоса
попадают
на каждом шагу...**

Проанализировав ряд загадочных инцидентов, правительство США пришло к выводу, что их вряд ли можно считать случайным совпадением. Военное ведомство направило в зону группу ученых.

С тех пор этот район неоднократно посещали научные экспедиции. Мексиканское правительство выстроило в центре пустыни городок «Биосфера», служащий исследователям базовым лагерьем. Сама зона получила условное название «Море Тетис» (в память о древнем океане, покрывавшем эти места миллионы лет назад). Обитатели лагеря изучали происходившие здесь паранормальные явления.

А подобных случаев насчитывалось немало. Еще Гарри де ла Пенья сообщал о том, что в зоне очень часто падают метеориты. Фиксировали тут и НЛО — иногда в виде странных огней, оставляющих

прямые следы на глазах у очевидцев. Однажды двое фермеров наблюдали, как с неба спустился огромный шар, откуда вышли светящиеся существа и направились к людям. Те в страхе обратились в бегство.

В ноябре 1978 г. журналист Луис Рамирес и его фотограф отправились в исследовательский лагерь зоны, чтобы собрать материал для статьи. Путь лежал через пустыню, и вскоре они сблизись с

Внезапно Рамирес увидел, что им навстречу бредут три человека. Он решил спросить у них дорогу и велел сидевшему за рулем фотографу остановить джип рядом с прохожими, но тот проехал мимо, не сбавляя скорости. Когда удивленный Рамирес спросил товарища, почему он не остановился, фотограф ответил, что на дороге... никого нет!

Через некоторое время журна-

тель остановил машину, хотя тот по-прежнему утверждал, что, кроме них, здесь никого нет.

Прохожие выглядели как обычные люди, и Рамирес принял их за представителей местного населения. «Аборигены» весьма толково объяснили, как проехать в «Биосферу», сообщив, что они фермеры и ищут пропавших коз и овец. Журналиста очень удивило, что у путников нет с собой ни фляг с водой, ни специального снаряжения.

Добравшись до лагеря, Рамирес поведал о встрече с «фермерами» Гарри де ла Пенья, к тому времени возглавлявшему исследовательскую лабораторию. Тот заявил, что в зоне нет никого, кроме сотрудников «Биосферы» и приезжих корреспондентов, и скот в пустыне никто не пасет. Кто же были эти трое таинственных незнакомцев?

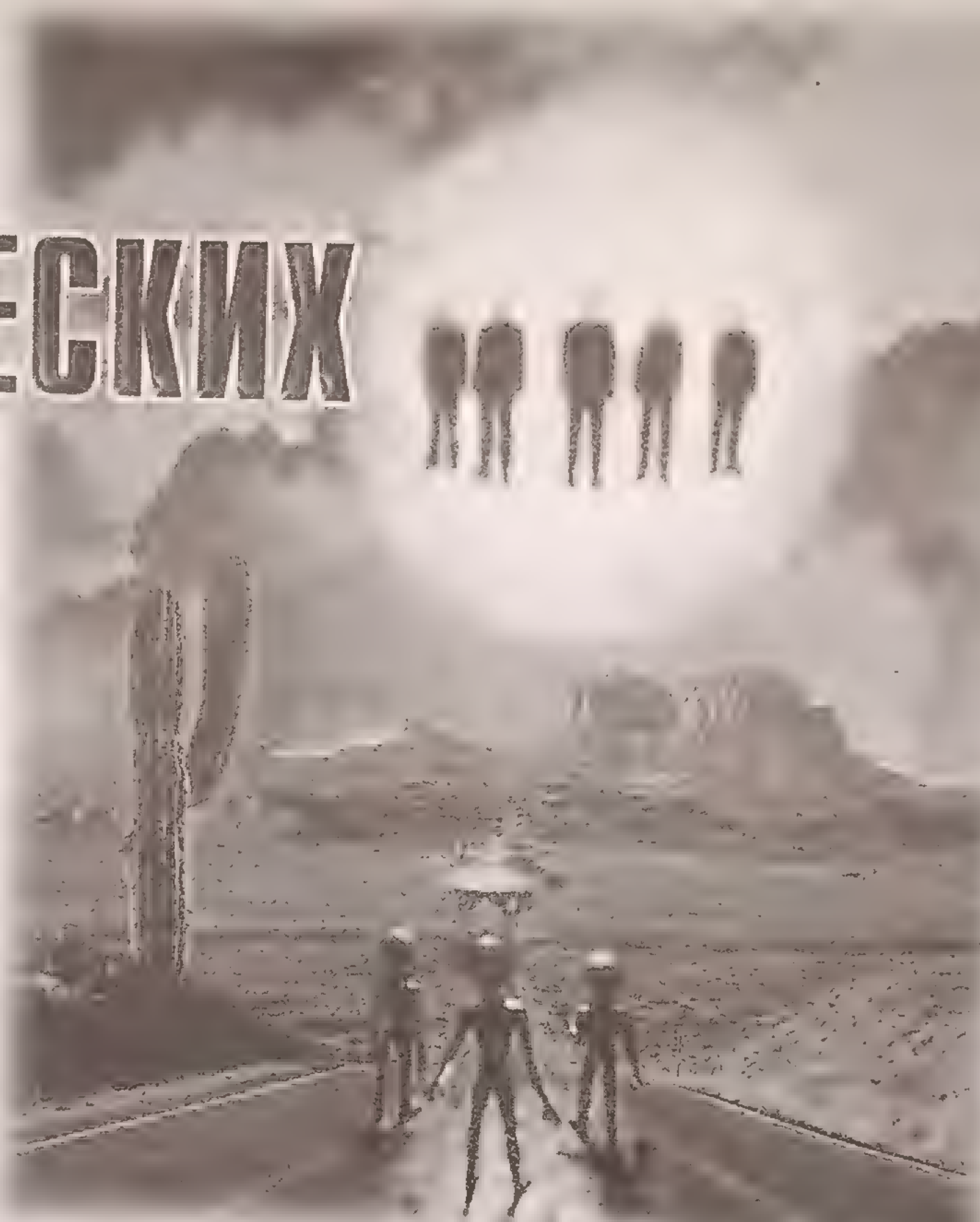
Однажды ночью местный бизнесмен Рубен Лопес ехал через пустыню в Себаллос. Внезапно двигатель автомобиля заглох, и Лопес заметил, что на дороге стоят пять невысоких фигурок в серебристых комбинезонах и шлемах. Карлики двинулись к его машине. Испугавшись, Лопес нажал на газ. На сей раз мотор завелся. Услышав шум, пришельцы кинулись врассыпную. Дальнейший путь бизнесмен проделал без приключений.

Владельцы одного из ранчо на границе зоны рассказывали, что к ним регулярно наведываются двое мужчин и женщина — длинноволосые, красивые блондины. Посетители были странно одеты и прекрасно говорили по-испански, хотя их голоса обладали каким-то необычным музыкальным тембром. Они всегда обращались к хозяевам с одной и той же просьбой — наполнить их фляги водой из колодца. На расспросы отвечали, что явились откуда-то «сверху». Кстати, похожих длинноволосых блондинов видели в Калифорнии, близ Сьерра-Невады, и в Пиренеях, где они, по слухам, платили местным жителям за хлеб и молоко... золотыми слитками.

Еще одна тайна Зоны молчания — руины некоего древнего каменного сооружения, найденные в пустыне археологами. Судя по всему, это остатки астрономической обсерватории, построенной несколько тысяч лет назад. Но кем? В ту далекую эпоху здесь жили лишь примитивные индейские племена...

Что же таит в себе «Море Тетис»? Один из исследователей зоны, доктор Сантьяго Гарсия, склонен считать, что все происходящее там странности не имеют ничего общего со сверхъестественным. Возможно, в недрах пустыни скрыта магнитная руда, что и является причиной техногенных аномалий, а НЛО — не что иное, как зонды, запускаемые военными при секретных экспериментах. Но как же тогда объяснить многочисленные

встречи с гуманоидами? Кроме того, подобные феномены в зоне наблюдались задолго до того, как они привлекли внимание общественности и властей. Уж не находится ли там одна из посадочных площадок для прилетающих из космоса инопланетных кораблей? Или все чудеса зоны — проявления параллельной реальности, тесно соседствующей с нашим миром?



меры нередко наблюдали, как с совершенно безоблачного неба на землю падают «горячие камни»...

В 1930-х гг. у мексиканского пилота Франсиско Сарабию во время полета над пустыней отказала радиостанция. Он доложил об этом своему начальству, но тогда никто не придавал значения его сообщению.

В 1964 г. в районе Сан-Игнасио проводила разведку геофизическая экспедиция под руководством инженера-химика Гарри де ла Пенья. Отправившись в пустыню, де ла Пенья неожиданно обнаружил, что его портативная рация не работает. Он вернулся на базу, и тут выяснилось, что аппарат вполне исправен. При очередном визите в зону рация опять заглохла. То же самое произошло и с товарищами Гарри.

Позже, в 70-х гг., американская экспериментальная баллистическая ракета «Афина», запущенная с полигона Уайт Сэндс, внезапно сбилась с курса и потерпела аварию в Зоне молчания. Несколько лет спустя над пустыней взорвалась одна из ступеней ракеты «Сатурн».

Проанализировав ряд загадочных инцидентов, правительство США пришло к выводу, что их вряд ли можно считать случайным совпадением. Военное ведомство направило в зону группу ученых.

С тех пор этот район неоднократно посещали научные экспедиции. Мексиканское правительство выстроило в центре пустыни городок «Биосфера», служащий базой для исследователей. Сама зона получила условное название «Море Тетис» (в память о древнем океане, покрывавшем эти места миллионы лет назад). Обитатели лагеря изучали происходившие здесь паранормальные явления.

А подобных случаев насчитывалось немало. Еще Гарри де ла Пенья сообщал о том, что в зоне очень часто падают метеориты. Фиксировали тут и НЛО — иногда в виде странных огней, оставляющих за собой пучки выжженной и опаленной травы, а порой и ярких шаров, неподвижно висящих в воздухе. Шары меняли цвет, а потом мгновенно пропадали.

Однажды двое фермеров наблюдали, как с неба спустился огромный шар, откуда вышли светящиеся существа и направились к людям. Те в страхе обратились в бегство.

В ноябре 1978 г. журналист Луис Рамирес и его фотограф отправились в исследовательский лагерь зоны, чтобы собрать материалы для статьи. Тут же лежал череп тушканчика, и вскоре они сошлись с дороги.

Внезапно Рамирес увидел, что им навстречу бредут три человека. Он решил спросить у них дорогу и велел сидевшему за рулем фотографу остановить джип рядом с прохожими, но тот проехал мимо, не сбавляя скорости. Когда удивленный Рамирес спросил товарища, почему он не остановился, фотограф ответил, что на дороге... никого нет!

Через некоторое время журналист вновь заметил впереди тех троих. На этот раз он настоял, чтобы води-

тель остановил машину, хотя тот по-прежнему утверждал, что, кроме них, здесь никого нет.

Прохожие выглядели как обычные люди, и Рамирес принял их за представителей местного населения. «Аборигены» весьма толково объяснили, как проехать в «Биосферу», сообщив, что они фермеры и ищут пропавших коз и овец. Журналист очнулся, удивившись, что у путников нет с собой ни флига, ни во-дой, ни специального снаряжения, необходимого в пустыне.

Добравшись до лагеря, Рамирес поведал о встрече с «фермерами» Гарри де ла Пенья, к тому времени возглавлявшему исследовательскую лабораторию. Тот заявил, что в зоне нет никого, кроме сотрудников «Биосферы» и приезжих корреспондентов, и скот в пустыне никто не пасет. Кто же были эти трое таинственных незнакомцев?

кую эпоху здесь жили лишь примитивные индейские племена...

Что же таит в себе «Море Тетис»? Один из исследователей зоны, доктор Сантьяго Гарсиа, склонен считать, что все происходящее там странности не имеют ничего общего со сверхъестественным. Возможно, в недрах пустыни скрыта магнитная руда, что и является причиной техногенных аномалий, а НЛО — не что иное, как зонды, запускаемые военными при секретных операциях. Кто же из них?

Кроме того, подобные феномены в зоне наблюдались задолго до того, как они привлекли внимание общественности и властей. Уж не находится ли там одна из посадочных площадок для прилетающих из космоса инопланетных кораблей? Или все чудеса зоны — проявления параллельной реальности, тесно соседствующей с нашим миром?

Кира ШИЛОВА

СИБИРСКИЙ КАРЛСОН

Зимой 1992 г. жителям города Нефтеюганска (Тюменская обл.) довелось наблюдать нечто удивительное: по небу летел светящийся человек, на спине у которого сидела девочка. Можно было бы принять эту историю за фантастический вымысел, но описания очевидцев совпадают вплоть до мельчайших деталей...

В ночь с 20 на 21 февраля некий горожанин, идя по улице, заметил у одного из домов на уровне второго этажа какие-то мерцающие огоньки. Прямо у него на глазах они приняли очертания человеческой фигуры.

Внезапно в одной квартире распахнулась форточка, и оттуда вылетела девочка. Она уселась на спину странному существу, что-то ему сказала, и они полетели.

Как выяснилось, в это же время за загадочной парой наблюдал еще один человек — уфолог Н. Он специально следил ночью за домом, зная, что феномен появляется именно здесь.

Н., в отличие от предыдущего очевидца, успел как следует рас-



смотреть обоих «летунов». Мужчина был темноволос, одет в шерстяные брюки, которые не светились. Девочка выглядела обычно: светлые волосы, полненькая.

Уфолог бросился за ними. Пара поднялась к окну пятого этажа, заглянула в него, затем полетела к другому дому. Заметив, что их кто-то преследует, незнакомцы быстро скрылись.

На другой день исследователь снова пришел на то же место. По расположению окна вычислив нужную квартиру, он позвонил в дверь. Открыла та самая девочка. Похоже, она сразу же узнала в Н. своего вче-

рашнего преследователя, так как захлопнула дверь перед самым его носом. Н. позвонил еще раз, но хозяйка пригрозила милицией. Пришлось уйти ни с чем. Каждую ночь девочка и ее спутник появлялись в небе. Иногда они подлетали к окнам квартир и заглядывали в них, пугая людей, будто хотели поозорничать. Потом ночные полеты прекратились. Таинственная девочка и ее родители не пожелали разговаривать ни с прессой, ни с исследователями и отрицали какую-либо причастность к феномену...

Чем-то эта история напоминает сообщения о похищениях людей пришельцами. Дети, по их словам, вступавшие в контакт с инопланетянами, часто рассказывают, что те брали их с собой «полетать» — обычно по ночам. Правда, в большинстве случаев в полет отправляется лишь астральное тело, физическая оболочка остается на месте. Впрочем, был ли светящийся человек пришельцем? А может, и он, и девочка — всего лишь голографическая проекция в пространстве? Или сказка о Карлсоне стала реальностью?..

Маргарита ТРОИЦЫНА

У цивилизация, с которой человечество когда-нибудь установит контакт, будет, вероятно, цивилизацией бессмертных, считает Ф. Дрейк, директор обсерватории в Аресибо (Пуэрто-Рико).

Дрейк утверждает: в далеком будущем человечество все-таки сумеет достичь бессмертия, поэтому вполне возможно, что где-то в космосе уже существует цивилизация бессмертных.

По Дрейку, бессмертие — «неограниченное сохранение непрерывной памяти». На практике это означает или остановку процесса старения, или изучение возможности восстановления организма.

Эту идею, в общем, подтверждают и сами гуманоиды во время непосредственных контактов с отдельными землянами. Хотя внешне инопланетяне выглядят очень молодо, они не раз говорили, что им, по земному счету, 300 или 400 лет и среди них есть и более старые.

«Бессмертия можно достичь, — поясняет Дрейк, — развитием способов передачи содержащейся в старом мозгу информации в молодой мозг или даже в искусственный мозг точной копии того индивида, которого хотят сохранить. Смерть, таким образом, —

это только физическое разрушение человеческого организма...»

Обнаружить космическую цивилизацию — все равно что найти иголку в стоге сена. Вряд ли бессмертные цивилизации будут испытывать настоятельную потребность связаться с другими. Следовательно, предполагает Дрейк, они будут использовать слабые сигналы для космической связи. Поиск внеземных сигналов ведется в широкой полосе частот, так как экспериментаторы хотят за короткое время обследовать значительную часть пространства. Дрейк считает, что развитая цивилизация, возможно, будет общаться в более узком диапазоне частот.

Обычно мы имеем дело с электромагнитными колебаниями,

ЦИВИЛИЗАЦИЯ БЕССМЕРТНЫХ

Глеб СЕРДИТЫЙ



Понятно, Баба Яга, Кощей Бессмертный, Соловей-разбойник — герои мифические, их можно только в сказках встретить, а вот леший — дело другое. В его реальное существование поверить нетрудно, особенно если учесть показания многочисленных очевидцев, встречавших загадочного лесного деда во время турпоходов, охоты или прогулки по грибы.

Довелось увидеть нечто подобное и мне, а было это в августе прошлого года в Подмосковье. Приехав на машине за грибами в лес близ села Костыши, мы с друзьями разбрелись кто куда. Когда занимаешься «тихой охотой», частенько так увлекаешься, что теряешь ощущение времени и расстояния, ноги сами несут и несут тебя вперед, в манящие лесные дебри. Проблуждав часа четыре, я ощутил приятную усталость и присел на поваленное дерево покурить и расслабиться. Немного погодя, поднимаясь и потягиваясь, я неожиданно увидел в кустах орешника плотного зеленоватого бородатого мужичка. Он был невелик ростом — метра полтора, но плечист. «Ты кто?» — спросил я. Он ничего не ответил и, как-то странно взглянув на меня, тихо пошел прочь. Неожиданный гость заинтересовал меня, и я отправился за ним. Несмотря на то, что мужичок, казалось бы, елековылял, он все больше отдалялся от меня. Я прибавил шагу, а потом и вовсе побежал за ним. Когда я устало присел, незнакомец тоже остановился и стал издали пристально разглядывать меня. «Подожди! Давай поговорим, я не сделаю тебе ничего плохого!» — крикнул я и пошел к нему.

Дальше началась совсем уж откровенная чертовщина. Стоило подойти к лесовику поближе, как он исчезал, словно распадаясь в воздухе, а затем вдруг появлялся где-нибудь сбоку или позади меня, и все повторялось. Мне порядком надоела эта странная беготня, и я в сердцах послал мужичка подалее. После этого он сразу исчез и больше не появлялся. А я с удивлением уставился на стрелку своего компаса — она бесцельно вертелась, не желая показывать мне стороны света. Попытки уловить свихнувшийся компас привели к тому, что он стал показывать разные стороны.

О таинственных существах, обитающих в лесах, мы знаем из древних сказок и легенд.

Но, оказывается, встретить подобное чудовище можно и в реальной жизни, причем не только в глухих отдаленных лесах, но и там, где до цивилизации рукой подать, например в Подмосковье. Хотите — верьте, хотите... проверьте.

ВСТРЕЧИ С ЛЕСНОЙ НЕЧИСТЬЮ

бесконечной чащобе. Со мной не было ни рации, ни мобильного телефона, поэтому связаться с друзьями и сказать, что заблудился, я не мог.

Примерно в половине девятого вечера...

причем ходило оно явно босиком. Через несколько минут, забыв про завтрак, я уже топал вниз по течению речушки, подальше от проклятого места. На сей раз мне повезло: река Дубенка вывела меня к деревушке Маврино, а уж оттуда, идя вдоль спасительной водной дорожки, я вернулся к Костышам, возле которых на лесной опушке меня уже ждали изрядно поволновавшиеся друзья.

Кого же именно я встретил...

та — села Юшкозеро — было километров 50. Пока народ расслаблялся на берегу небольшого озера, Андрей отправился погулять в лес. Вниманию его привлек кабанчик-подранок, ковыляющий по лесной тропке. Решив добыть свежего мяса (концентраты всем уже порядком надоели), а заодно и прекратить мучения обреченного животного, друг побежал за ним, сжимая в руке топор. Но кабанчик оказался более прытким, чем можно было ожидать, и хотел...

миком, не то вигвамом. Поздоровавшись, мой друг заговорил с ним, но старец упорно молчал. Тогда Андрей спросил: «Может, подскажите, как мне выйти из леса?!» Лесовик трижды махнул рукой в сторону: мол, направо, затем прямо и снова повернуть направо, после чего быстро скрылся в своем домике. Подойдя поближе (Буцких хотел кое-что уточнить у деда), Андрей с удивлением увидел, как вигвам подернулся легкой дымкой, а вскоре на этом месте ничего, кроме бурелома из молодого ельника, уже не было. Старца Андрей, естественно, так и не нашел, зато, пойдя в указанном им направлении, через какое-то время вышел наконец к озеру и поджидавшим его приятелям.

Надо сказать, разных лесных оборотней на свете существует немало. Только забудьте о персонажах фильмов ужасов, перевоплощающихся то в страшных и кровожадных волков, то в каких-нибудь других монстров и убивающих людей, — это все вымысел. В реальности люди-оборотни — всего-навсего психические больные, которым иногда кажется, что они перевоплотились. Окружающие же видят перед собой всего лишь беснующегося безумца. Хотя отдельные нетипичные случаи все же бывают. Например, в одном из лесничеств Свердловской области лет пять назад работал лесник Михалыч по прозвищу Зверь. Жил он в одиночку в лесной избушке, службу свою нес исправно, однако во время полнолуний (и не только ночью) становился настоящим зверем. Некоторые люди не раз видели перевоплотившегося не то в волка, не то в медведя Михалыча, который с ревом носился по лесу, неизменно возвращаясь в свою избу. Людей он не убивал, а вот разной мелкой домашней живностью полакомиться был не прочь. В конце концов Михалыч бесследно исчез — то ли сгинул где-нибудь, наравшись на более сильного зверя или злого человека, то ли навсегда в лесу поселился, а может быть, и в психушку кто отправил безумца. Правда ли то, что он превращался в зверя, или нет — теперь уже не узнать. Но...



и стал издали пристально разглядывать меня. «Подожди! Давай поговорим, я не сделаю тебе ничего плохого!» — крикнул я и пошел к нему.

Дальше началась совсем уж откровенная чертовщина. Стоило подойти к лесовику поближе, как он исчезал, словно растворяясь в воздухе, а затем вдруг появлялся где-нибудь сбоку или позади меня, и все повторялось. Мне порядком надоела эта странная беготня, и я в сердцах послал мужичка подалее. После этого он сразу исчез и больше не появлялся. А я с удивлением уставился на стрелку своего компаса — она бешено вертелась, не желая показывать мне стороны света. Попытки успокоить свихнувшийся компас оказались безуспешными.

День был пасмурный, солнце спряталось за облака, и идти мне пришлось наугад. Можно было бы ориентироваться по деревьям и муравейникам, но с такими приметам недолго и заплутать. Пару раз мне удавалось выбраться на заросшие просеки, которые уж точно должны были куда-нибудь вывести, но, протопав немного по едва заметной дороге, я утыкался в стену из зеленого молодняка. Все мои попытки найти утерянный путь кончались неудачей, и я снова оказывался в однообразной

С ЛЕСА НЕЧИСТЬЮ

бесконечной чащобе. Со мной не было ни рации, ни мобильного телефона, поэтому связаться с друзьями и сказать, что заблудился, я не мог.

Примерно в половине девятого вечера я наконец выбрался к узенькому руслу лесной речушки. Быстренько освежившись, решил здесь же и заночевать, для чего соорудил нечто вроде шалаша из еловых лап. Ночь была беспокойной. Стоило мне только задремать, как подозрительные шорохи будили меня, а порой непонятно кто начинал трясти хлипкий шалаш. Кое-как я дотянул до утра, поддерживая поленьями костер, но едва рассвело, вылез из шалаша, огляделся и вдруг заметил на земле здоровенные человеческие следы. Размер ноги неизвестного существа был примерно 48–50,

причем ходило оно явно босиком. Через несколько минут, забыв про завтрак, я уже топал вниз по течению речушки, подальше от проклятого места. На сей раз мне повезло: река Дубенка вывела меня к деревушке Маврино, а уж оттуда, идя вдоль спасительной водной дорожки, я вернулся к Костышам, возле которых на лесной опушке меня уже ждали изрядно поволновавшиеся друзья.

Кого же именно я встретил тогда и чьи это были следы — и поныне остается загадкой. Но померещиться мне это не могло, к тому же маловероятно, чтобы увиденный мной лесовик был каким-нибудь бродягой или охотником.

Встречал лешего и один из моих друзей — Андрей Буцких. Произошло это во время турпохода по Карелии. На девятый день блужданий по лесам группа решила остановиться на несколько дней в живописном природном уголке, от которого до ближайшего населенного пунк-

та — села Юшкозеро — было километров 50. Пока народ расслаблялся на берегу небольшого озера, Андрей отправился погулять в лес. Вниманию его привлек кабанчик-подранок, ковыляющий по лесной тропке. Ставшие добыть свежего мяса (концентраты всем уже порядком надоели), а заодно и прекратить мучения обреченного животного, друг побежал за ним, сжимая в руке топор. Но кабанчик оказался более прытким, чем можно было ожидать, и хотел жить, а одержимый охотничьим азартом преследователь не в силах был бросить свою затею. В результате, полчаса пробежав по лесу, Андрей основательно заблудился, ну а хрюшка нагло скрылась, очевидно, схоронившись в чьей-то норе или берлоге.

Проблуждав часа два и решив, что ему уже никогда из леса не выбраться, Андрей повстречал вдруг странного старца, серовато-коричневого с головы до ног. Он стоял рядом с каким-то зеленым не то до-

лесник Михаил, по прозвищу Зверь. Жил он в одиночку в лесной избушке, службу свою нес исправно, однако во время полнолуний (и не только ночью) становился настоящим зверем. Некоторые люди не раз видели перевоплотившегося не то в волка, не то в медведя Михаила, который с ревом носился по лесу, неизменно возвращаясь в свою избу. Людей он не убивал, а вот разной мелкой домашней живностью полакомиться был не прочь. В конце концов Михаил бесследно исчез — то ли сгинул естественным путем, или злого человека, то ли навсегда в лесу поселился, а может быть, и в психушку кто отправил безумца. Правда ли то, что он превращался в зверя, или нет — теперь уже не узнать. Но мне кажется, что телесную оболочку Михаила все-таки не менял. Очевидно, лесник обладал гипнотическими способностями, включавшимися в моменты его лунной одержимости, и с помощью гипнозавольно или невольно провоцировал у людей своеобразные зрительные галлюцинации...

Леонид САХАЛИНОВ

МОЗАИКА

ЕНОТ — ВОРИШКА

Черной неблагодарностью отплатил енот группе донбасских геологов, исследовавших один из лесных районов края. Дружелюбный зверек ежедневно посещал развешенный на опушке леса лагерь, где его весело радушно угощали тушенкой и другой провизией. Лесной обитатель настолько привык к людям, что перестал их дичиться.

Однако это не помешало ему здорово разочаровать своих знакомых. За несколько часов до отъезда геологов енот бесследно исчез, а с ним — и дорогостоящий компас, к которому зверек проявлял заметный интерес.

СТАРИК И МОРЕ

Вряд ли мог предположить новозеландский любитель подводной охоты Крис Браун, что он повторит фабулу знаменитого произведения Э. Хемингуэя «Старик и море». Погрузившись недалеко от островов Хэи и Чикен, что к северу от Окленда, Крис загарпунил тунца весом 135 кг. Тут и началась подводная коррида.

Сначала рыбина бросилась на отважного охотника, но удар палкой быстро охладила ее решимость. Тогда тунец решил «покатать» Криса. Он тащил его на протяжении 4 км со скоростью примерно 18 км/ч. Благодаря высокой скорости охотнику удалось держать голову на поверхности, хуже пришлось, когда тунец шарил. Раз он утащил Криса на глубину 18 м. На счастье охотника, его спасла выдержанная перелатружка, и, когда рыбина окончательно измоталась, он без труда подтащил ее к берегу.

Впрочем, Крис признался, что отнюдь не горит желанием еще раз пережить такое приключение.

ПОХОРОНЫ КОТА

Убитая горем семья богатых шриланкийцев хоронила престарелого 24-летнего кота, главная заслуга которого состояла в том, что кошки редко доживают до столь почтенного возраста.

По замыслу хозяев, кот непременно следовало предать земле со всеми почестями на главном кладбище Коломбо (разумеется, не кошачьем). Однако столичные власти заупрямились, посчитав это несколько обидным для покойных на нем именитых горожан и их близких. После непродолжительных препирательств хозяева кота согласились с предложением похоронить своего любимца на одном из окраинных кладбищ.

Траурная церемония не уступала похоронам самых знатных людей. Покойника доставили на катафалке в гробу, превышающем стоимость гробов в аристо-

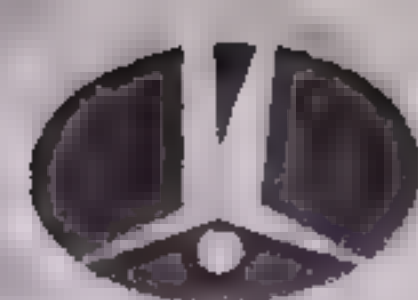


кратических похоронных салонах. Тело усопшего кота обернули дорогим льняной тканью. Весь обряд был обставлен с подчеркнутой пышностью.

Подобные похороны кота — не исключение. В Англии, Италии, Соединенных Штатах и других развитых странах существуют специальные кладбища для кошек, собак и прочей домашней живности, не уступающие по своему убранству, уходу и оказанию услуг наиболее дорогим людским кладбищам.

В Африке животных похоронными почестями обычно не балуют, зато там по сей день соблюдается обычай, когда покойника снабжают всем, чем он пользовался при жизни и что может ему пригодиться в загробном мире.

Когда в столице Ганы хоронили известного чуть ли не всему городу таксиста, для него заказали у мастера высшего класса гроб, искусно выполненный в виде автомобиля «Мерседес» со всеми мелкими деталями, вплоть до фар и стеклоочистителей. Таксист ездит на такой машине последние годы своей жизни. Его поместили внутрь «Мерседеса», наполнив багажник и все свободное пространство внутри макета автомобиля личными вещами покойного.



Секс известен человечеству с незапамятных времен. За тысячелетия он принимал разные формы и виды. Дохристианские религии имели храмы, возведенные в честь богини любви, их «штат» состоял исключительно из женщин — жриц любви.

Исчезли язычество и храмы, но жрицы остались, переместившись ближе к народу и разделившись на группы, классифицируемые по местам их деятельности: портовые, панельные, придорожные, привокзальные, гостиничные и т.д.

Во все времена люди занимались сексом где только можно: в постели, в стогу, в кустах, в подвале, на чердаке и других пригодных и непригодных местах. Время года и суток при этом значения не имело. В XX веке был сделан вывод, что секс необходим как воздух, так как он освобождает людей от различного вида комплексов и стрессов, вредящих психологическому развитию человечества, в первую очередь молодежи.

Но с древнейших времен очень многие народы при всей своей любви к сексу требовали от девушек быть девственной до выхода замуж. В противном случае в отношении них могли последовать различные «санкции», как-то: расторжение брака на следующее же утро, обмазывание ее чем-либо липким с последующим валянием в перьях и проведением по населенному пункту для всеобщего осмеяния, окраска ворот ее дома дегтем, забрасывание виновницы камнями...

Что же получалось: мужчинам за «хождение налево» ничего не грозило, девушкам же «было можно» только после официального вступления в брак? XX век провозгласил равенство мужчин и женщины везде и всюду, в том числе и в сексе. Девственность до свадьбы стала считаться «пережитком проклятого прошлого», но вдруг выяснилось, что данный «пережиток» имеет строго научное объяснение!

Любой сексуальный контакт женщины с мужчиной весьма заметно изменяет ее родовую генетику. Это явление носит в биологии название «телегония».

Вероятно, древние знали об эффекте телегонии и поэтому требовали девственности у выходящих замуж девушек. Это первый вывод, к которому пришли исследователи.

И второй: в результате телегонии передаются не только генетические, но и...

Оказывается, сексуальная революция, которую до сих пор пропагандируют многие СМИ, несет не только падение нравов, распространение СПИДа и венерических заболеваний, но и прямую угрозу вырождения человечества.

психологические признаки случайного сексуального партнера.

Сексуальная революция началась еще в XIX веке с движения феминисток, выступавших за равные права женщин и мужчин. XX век дал требуемое равноправие, но широкомасштабная секс-революция началась лишь в 60-х годах на Диком Западе, хотя, надо сказать, довольно быстро захватила и другие страны, стиль жизни которых был более-менее близок к европейскому. С тех пор прошло почти 40 лет, появилось уже второе поколение секс-революционеров, можно подвести некоторые итоги хотя бы по одной, отдельно взятой стране.

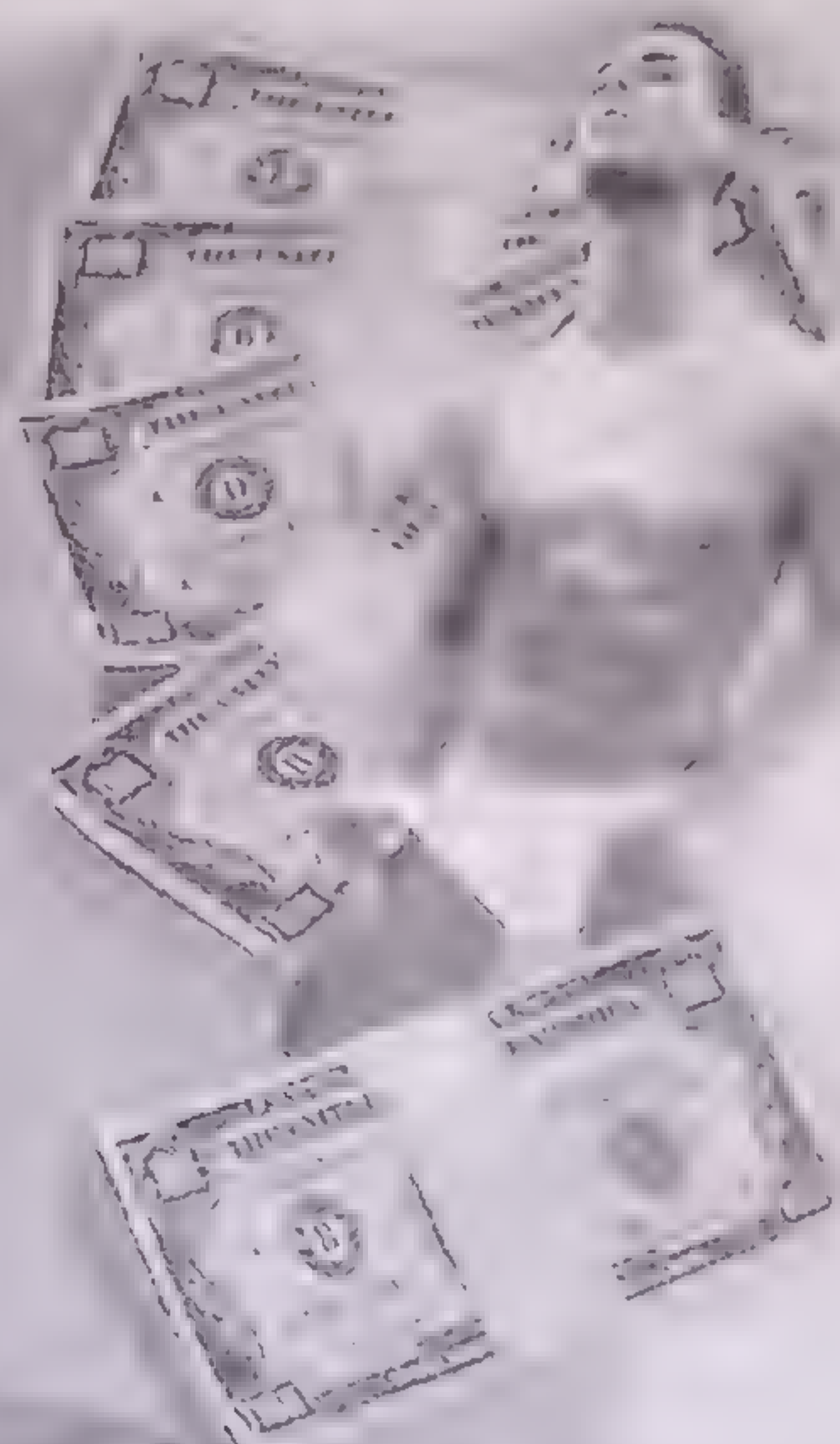
Девушки достигают половой зрелости раньше юношей-сверстников, что при современной секс-революции способствует их

СЕКСУАЛЬНАЯ Контрреволюция

сексуальным контактам с более старшими (хотя бы на несколько лет) партнерами. Половая связь с несовершеннолетними никогда не поощрялась, изнасилование строго каралось, поэтому все происходило примерно так: знакомство, приглашение в гости, ресторан или на пикник, алкоголь и...

При таком развитии событий телегония в первую очередь передает будущим детям психологию партнера, которая, как правило, оставляет желать лучшего, так как человек с хорошими психологическими, то есть душевными, качествами никогда не пойдет на подобное.

Еще в древности было замечено, что на здоровье человека сильно влияет его внутренний настрой, то есть состояние



личества психически и физически ослабленных детей, но все валят на экологию. Неужели экологическая обстановка одновременно одинаково изменяется «от Москвы до самых до окраин»? Отнюдь нет, в последние годы отмечено даже улучшение экологической обстановки в стране, так как резко сократился выброс вредных веществ в окружающую среду из-за прекращения работы многих предприятий.

Но сексуальная революция в стране продолжается, в школах растет число самых настоящих дебилов, армия с каждым годом все труднее набирает необходимое количество здоровых призывников, все больше молодых людей страдает импотенцией и фригидностью, падает рождаемость...

Вот и получается, что сексуальная революция, о необходимости которой говорили в свое время очень многие, начинает перерастать в сексуальную контрреволюцию, все более ухудшая жизнь людей. Палка оказалась о двух концах: на одном — «снимающий все комплексы секс», на другом — падение нравственно-психологического уровня общества, ведущее к духовному и физическому вырождению!

Алексей Подъяпольский

P.S. Умны все-таки были древние и прекрасно знали, что литература типа ныне широко известной «Камасутры» (в наше время иногда именуемой в Центральной России «Окасвечера») есть пособие для горячо и искренне любящих друг друга сердец, а не инструкция по разведению двуногих животных.

ХОТИТЕ СТАТЬ СЧАСТЛИВЫМ?

ПОЧКУ В ЛЕВУЮ

КОНТРРЕВОЛЮЦИЯ

пропагандируют миф о том, что сексуальная революция несет не только падение нравов, распространение СПИДа и венерических заболеваний, но и прямую угрозу вырождения человечества.

Что же получалось: мужчины за «хождение налево» ничего не грозило, девушкам же «было можно» только после официального вступления в брак? XX век провозгласил равенство мужчин и женщин везде и всюду, в том числе и в сексе. Девственность до свадьбы стала считаться «пережитком прошлого», но вдруг выяснилось, что данный «пережиток» имеет строго научное объяснение!

Любой сексуальный контакт женщины с мужчиной весьма заметно изменяет ее родовую генетику. Это явление носит в биологии название «телегония».

Вероятно, древние знали об эффекте телегонии и поэтому требовали девственности у выходящих замуж девушек. Это первый вывод, к которому пришли исследователи.

И второй: в результате телегонии передаются не только генетические, но и...

психологические признаки случайного сексуального партнера.

Сексуальная революция началась еще в XIX веке с движения феминисток, выступавших за равные права женщин и мужчин. XX век дал требуемое равноправие, но широкомасштабная секс-революция началась лишь в 60-х годах на Диком Западе, хотя, надо сказать, довольно быстро захватила и другие страны, стиль жизни которых был более-менее близок к европейскому. С тех пор прошло почти 40 лет, появилось уже второе поколение секс-революционеров, можно подвести некоторые итоги хотя бы по одной, отдельно взятой стране.

Девушки достигают половой зрелости раньше юношей-сверстников, что при современной секс-революции способствует их

сексуальным контактам с более старшими (хотя бы на несколько лет) партнерами. Половая связь с несовершеннолетними никогда не поощрялась, изнасилование строго каралось, поэтому все происходило примерно так: знакомство, приглашение в гости, ресторан или на пикник, алкоголь и...

При таком развитии событий телегония в первую очередь передает будущим детям психологию партнера, которая, как правило, оставляет желать лучшего, так как человек с хорошими психологическими, то есть душевными, качествами никогда не пойдет на подобное.

Еще в древности было замечено, что на здоровье человека сильно влияет его внутренний настрой, то есть состояние

человеческой души. Не в «здоровом теле — здоровый дух», а наоборот: при здоровой душе — здоровое тело!

Подтвердить это достаточно просто: первое поколение секс-революционеров породило второе, при этом физическое состояние следующего поколения должно ухудшиться из-за усиления отрицательных черт характера, что, думается, не могла просмотреть медицинская статистика.

Медики действительно бьют тревогу по поводу увеличения ко-

Алексей ПОДЪЯПОЛЬСКИЙ

P.S. Умны все-таки были древние и прекрасно знали, что литература типа ныне широко известной «Камасутры» (в наше время иногда именуемой в Центральной России «Окасвечера») есть пособие для горячо и искренне любящих друг друга сердец, а не инструкция по разведению двуногих животных.

ПОЧКУ В ОБМЕН... НА ТЕЛЕВИЗОР

Неприятности у 45-летней Делии Бертилла начались 1,5 года назад. У нее заболела мать, и ей пришлось срочно на 3 недели лететь в Чикаго. По возвращении Делию ждал неприятный сюрприз: ее муж Джордж, с которым она прожила душа в душу 21 год, почему-то не приехал встречать ее в аэропорт. Войдя в дом, Делия обомлела. Мебель и все ценные вещи исчезли. Сначала она решила, что их обокрали, и уже хотела бежать звонить в полицию, а потом заметила на зеркале записку, в которой муж сообщал: он полюбил молодую белокурую официантку по имени Валери со смазливой личиком и стройной фигурой и ушел к ней.

Делия Бертилла больше часа не могла поверить своим глазам. Смирившись с потерей супруга, она направилась в банк. Там ее ждал второй неприятный сюрприз — Джордж снял все деньги с их общего счета и закрыл его.

Так Делия, бывшая до сих пор домохозяйкой без профессии, на пятом десятке осталась у разбитого корыта.

К счастью, у одной из ее подруг был цветочный магазин. Делия стала продавщицей. Она работала с утра до вечера за гроши.

Оставшись без мебели, она быстро привыкла к ее отсутствию, жить без телевизора оказалось намного труднее. При такой зарплате, которую она получала в



цветочном магазине, копить деньги на покупку хорошего телевизора и мебели пришлось бы до глубокой старости.

У Делии началась депрессия, но однажды женщине попался в руки журнал, в котором она нашла

объявление, что одна частная клиника в Белизе готова купить для пересадки донорские органы.

Три недели Делия Бертилла раздумывала, потом все же решила продать почку и глаз. Она отправилась в Белиз, где ей сделали операцию. Через 12 дней Делия вернулась домой с чеком на 21 тыс. долларов, черной повязкой на правом глазу и без левой почки.

Денег, вырученных от продажи почки и глаза, хватило на современный телевизор со спутниковой антенной-тарелкой, красивые часы, сборный плавательный мини-бассейн и вполне приличный спальный гарнитур за 3 тыс. долларов.

«Было больно, — призналась Делия, — даже представить себе не могла, что будет так больно. На отсутствие почки внимания не обращаю, а вот ходить с одним глазом очень неудобно. Зато сейчас у меня навороченный телевизор, который ловит все американские и японские каналы, плавательный бассейн, гарнитур и часы. Ради этого можно походить с одной почкой и одним глазом!»

Сергей ВОКУНА

ХОТИТЕ СТАТЬ СЧАСТЛИВЫМ? Все в ваших силах!

Вам кажется, что не осталось возможностей повлиять на сложившуюся жизненную ситуацию — вашу или ваших близких? Не отчаивайтесь, самое главное — ваше желание и стремление изменить жизнь к лучшему!

Есть люди, способные помочь вам реализовать эти стремления. Рассказывает г-жа Покровская:

«Не случайно с давних времен в каждом поселении были люди, обладающие тайными знаниями. Так и женщины нашего рода издавна помогали окружающим в решении любовных и семейных проблем, возвращали любимых и не оставляли шанса соперникам, отводили беду от домашнего очага, снимали сглаз и порчу, заговаривали на удачную торговлю, делали всевозможные талисманы, способствующие успеху в делах, и обереги, отгоняющие нечистую силу.

Это неправда, что человек создан для страданий! И я могу помочь человеку, который сам этого хочет и верит, что он станет счастливым!

Люди обращаются ко мне с разными проблемами, не всегда осознавая их трагичность. Одиночество, распад семьи, уход любимого человека — как следствие, стресс, нервный срыв, ухудшение внешнего вида. Порча — любой ее вид — влечет за собой ухудшение здоровья, вплоть до возникновения хронических заболеваний. А человек нервный, раздраженный, часто болеющий — плохой работник, откуда ухудшение в делах. Ухудшение, ухудшение... Человек не видит выхода! Я же могу, применив свои знания и опыт, помочь улучшить сложившуюся ситуацию. Я МОГУ ВАМ ПОМОЧЬ!»

Тайные знания всегда тщательно оберегали, как сокровище, приносили счастье людям, бережно передавали из поколения в поколение и несли успех в делах! Не отчаивайтесь, не опускайте руки! ВЫ МОЖЕТЕ ЖИТЬ СЧАСТЛИВО!

Записаться на прием к г-же Покровской вы можете, позвонив по телефону 241-14-21 ее секретарю, ежедневно с 9.00 до 21.00.



Зеркала издавна приписывают магические свойства. Они служат прекрасным инструментом для гадания, в них можно увидеть картины как прошлого, так и будущего, даже давно умерших людей. В последнее время этими феноменами заинтересовались ученые. Они пришли к совершенно неожиданным выводам: оказывается, магию зеркал можно объяснить с научной точки зрения!

Известный исследователь, кандидат технических наук, глава информационно-аналитического центра «Непознанное» Виталий Правдивцев на последних Зигелевских чтениях в Москве выступил с докладом «Тонкоэкологические и информационные взаимодействия человека с зеркалами», в котором была сделана попытка объяснить все зеркальное волшебство с научной точки зрения.

По мнению Виталия Леонидовича, поверхность зеркала благодаря определенным физическим свойствам способна отражать всевозможные излучения, прежде всего идущие от самого человека. Используя зеркало, можно облегчить переход в измененное состояние сознания. Гипнотизеры обычно вводят пациентов в транс, приказывая им неподвижно смотреть в зеркальце или на блестящий предмет.

При длительном и углубленном созерцании поверхности зеркала в нем могут возникнуть мысленные образы, хранящиеся в нашем сознании. Иногда удается даже сфотографировать мысли и галлюцинации (Т. Фукарай, Г. Крохалева). Правдивцев утверждает, что мыслеобразы излучаются через глаза и, возможно, эфира. Если мы при этом стоим напротив зеркала, поляризованный свет многократно усиливает излучение нашего мозга, и потому мы

ее подруга реши-
шили, по обычаю того времени,
погадать на зеркале и неожиданно
увидели в нем секретную восточную

тятся во-
круг усопше-
го и его погребения.
Кто

информа-
ция регис-
трируется
в зеркале

пристально всматривается в темный зеркальный коридор, в котором должен показаться суженый или суженая.

Между тем это испытание — не для слабонервных. Предания гласят: смельчаков, отважившихся узнать свою судьбу таким образом, нередко впоследствии находили повредившимися в уме или даже мертвыми. По поверью, если не успеть и вовремя не распрощаться с «суженым», он выйдет из зеркала и задушит «будущую возлюбленную».

Что же происходит на самом деле? Во-первых, гадающий, вынужденный долго не мигая глядеть вглубь зеркального лабиринта, мало-помалу впадает в транс, то есть становится объектом самогипноза. Контролировать это состояние под силу далеко не каждому. Во-вторых, взаимодействие с информационными структурами, отражаемыми в зеркале, не всегда положительно влияет на нашу психику и здоровье. Вот вам и злодей, выскакивающий из зеркала.

Кстати, в роли отражателя тонких излучений могут выступать самые различные объекты, например пылинки, витающие в воздухе и обладающие кристаллической структурой. Именно поэтому привидения чаще встречаются в старых, заброшенных домах, в запыленных помещениях. Не исключено, что и разного рода воздушные миражи, в том числе хронические, вызваны пылевым эффектом.

Очень сильный отражатель — Луна. Известно, что в полнолуние резко усиливается биологическая активность живых организмов. Некоторые вполне нормальные люди накануне полнолуния буквально сходят с ума и совершают неадекватные поступки. У хронических же шизофреников в это время наблюдаются обострения. Есть маньяки, которых полнолуние неизменно толкает на преступления. Не просто так возникли и легенды об оборотнях, превращающихся в диких зверей именно в ночи полнолуния...

В.Л. Правдивцев убежден: уникальные свойства зеркального отражения должны найти практическое применение в биологии, меди-



Гипнотизеры обычно вводят пациентов в транс, приказывая им неподвижно смотреть в зеркальце или на блестящий предмет.

При длительном и углубленном созерцании поверхности зеркала в нем могут возникнуть мысленные образы, хранящиеся в нашем сознании. Иногда удается даже сфотографировать мысли и галлюцинации (знаменитый опыт Ю. Эйхенбула, Т. Фуллера, Г. Хоркелена). Прогнозы утверждают, что мысленные образы излучаются через глаза и, возможно, эпифиз. Если мы при этом стоим напротив зеркала, поляризованный свет многократно усиливает излучения нашего мозга, и потому мы в буквальном смысле слова видим свои мысли, вернее, их энергетическую проекцию в зеркале.

Зеркала ловят не только наши излучения, но и образы из информационного поля планеты. Поэтому в них иногда отражаются события, о которых мы знать не могли. Нострадамус с помощью «зеркальной машины» предсказывал будущее. Ясновидец фон Бурк обладал умением вызывать в зеркале картины прошлого, помогая полиции раскрывать загадочные преступления. В 1807 г. дворянка Оленина и

СТАРАША НА ЗЕРКАЛЕ

ее подруга решились, по обычаю того времени, погадать на зеркале и неожиданно увидели в нем секретную встречу Александра I и Наполеона на Немане...

Многочисленные «зеркальные» приметы, как считает исследователь, порождены не суевериями, а вполне естественными причинами.

Обычай закрывать зеркало, если в доме покойник, вызван страхом увидеть в нем гроб или привидение умершего. И такие случаи действительно бывают. Вероятность угледеть отражение призрака в дни, предшествующие похоронам, увеличивается в несколько раз, ведь мысли домочадцев вер-

тятся вокруг усопшего и его погребения.

К тому же существует поверье, что в течение 9 дней после смерти душа обитает в своем доме, рядом с близкими. Говоря современным научным языком, информационная матрица человека какое-то время после кончины сохраняет свой энергетический потенциал. Вот он-то и делает фантом видимым благодаря зеркалу — усилителю энергии.

«Разбить зеркало — к беде». Экспериментально доказано, что зеркальные поверхности накапливают и хранят информацию обо всем, когда-либо в них отражавшемся. Эта

информация регистрируется в зеркале

или кристалле в виде голограммы. Экстрасенсы умеют ее «отсортировать» и «снимать». Но когда на поверхности появляются трещины, информация хаотически сбрасывается через них в окружающее пространство. Последствия непредсказуемы. Отсюда запрет беременным женщинам и детям до года смотреться в зеркало.

Гадать на зеркале считается опасным. На первый взгляд, это гадание кажется весьма простым: ровно в полночь гадающий садится лицом к одному зеркалу и спиной к другому, зажигает свечку и

ко усиливается биологическая активность живых организмов. Некоторые вполне нормальные люди накануне полнолуния буквально сходат с ума и совершают неадекватные поступки. У хронических же шизофреников в это время наблюдаются обострения. Есть маляки, которых полнолуние неизменно толкает на преступления. Не просто так возникли и легенды об оборотнях, появляющихся в полночь.

Эти свойства зеркального отражения должны найти практическое применение в биологии, медицине и других науках. Так, недавние эксперименты показали, что целенаправленное облучение биологических объектов отраженным светом воздействует на них на уровне ДНК. К примеру, повышает урожайность зерен, омолаживает человеческий организм. Возможно, в недалеком будущем удастся разработать зеркальные лазеры, предназначенные для уничтожения злокачественных опухолей и лечения различных заболеваний. И все это благодаря не сверхъестественным чудесам, а открытиям ученых.

Ирина ШАХОВА

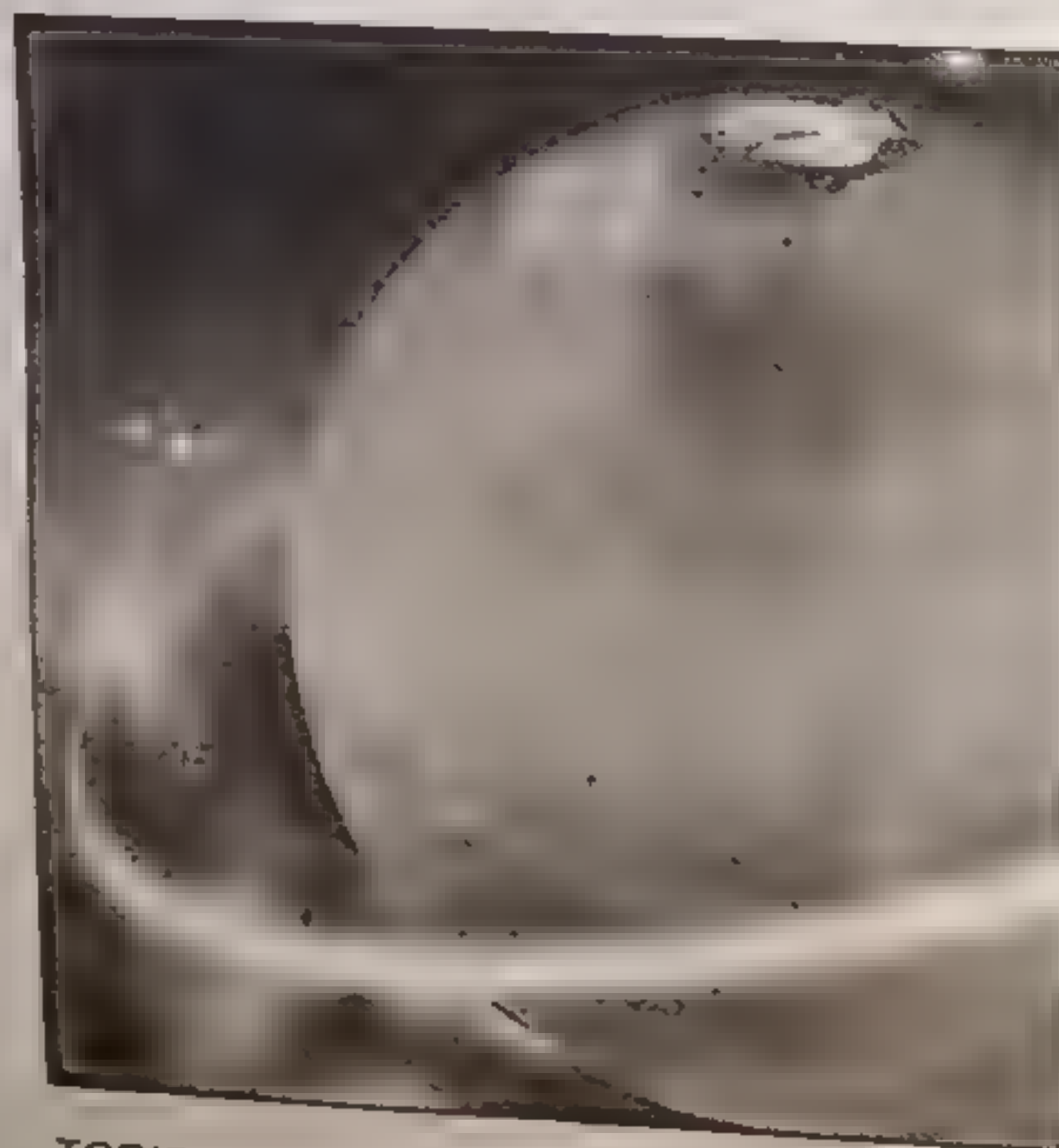
«ФОБОС-2» СБИТ МАРСИАНСКОЙ РАКЕТОЙ?

Об этом я догадался после случайной и очень краткой беседы с работником Центра управления полетами. Мой визит в ЦУП явился результатом удивительного стечения обстоятельств, ведь шансов проникнуть на его территорию у меня не было никаких — я не получил аккредитации.

В тот день я вовсе не собирался ни в какой ЦУП, хотя космосом и всем, что с ним связано, был увлечен едва ли не на уровне фанатика.

Однако после ряда случайностей и совпадений я попал на сеанс прямой связи интернационального экипажа станции «Мир» с журналистами.

После сеанса я познакомился с сотрудником, работавшим в программе «Фобос». Всего-то полгода прошло с того момента, когда дорогостоящая экспедиция к Марсу, состоящая из двух модернизированных космических аппаратов, провалилась в тартарары. Когда газеты дружно запели о роковой ошибке оператора, нажавшего не те клавиши на панели управления искусственным спутником. Про по-



терю связи со вторым вообще ничего вразумительного сказать не могли. Вот я и завязал разговор на эту тему со случайно «пойманным» специалистом ЦУПа. Напомнил ему о публикации про ошибку оператора. А он вдруг загадочно улыбнулся и говорит:

— И вы этому верите?

Обескураженный, я прибег к испытанному журналистскому приему — притвориться лопухом.

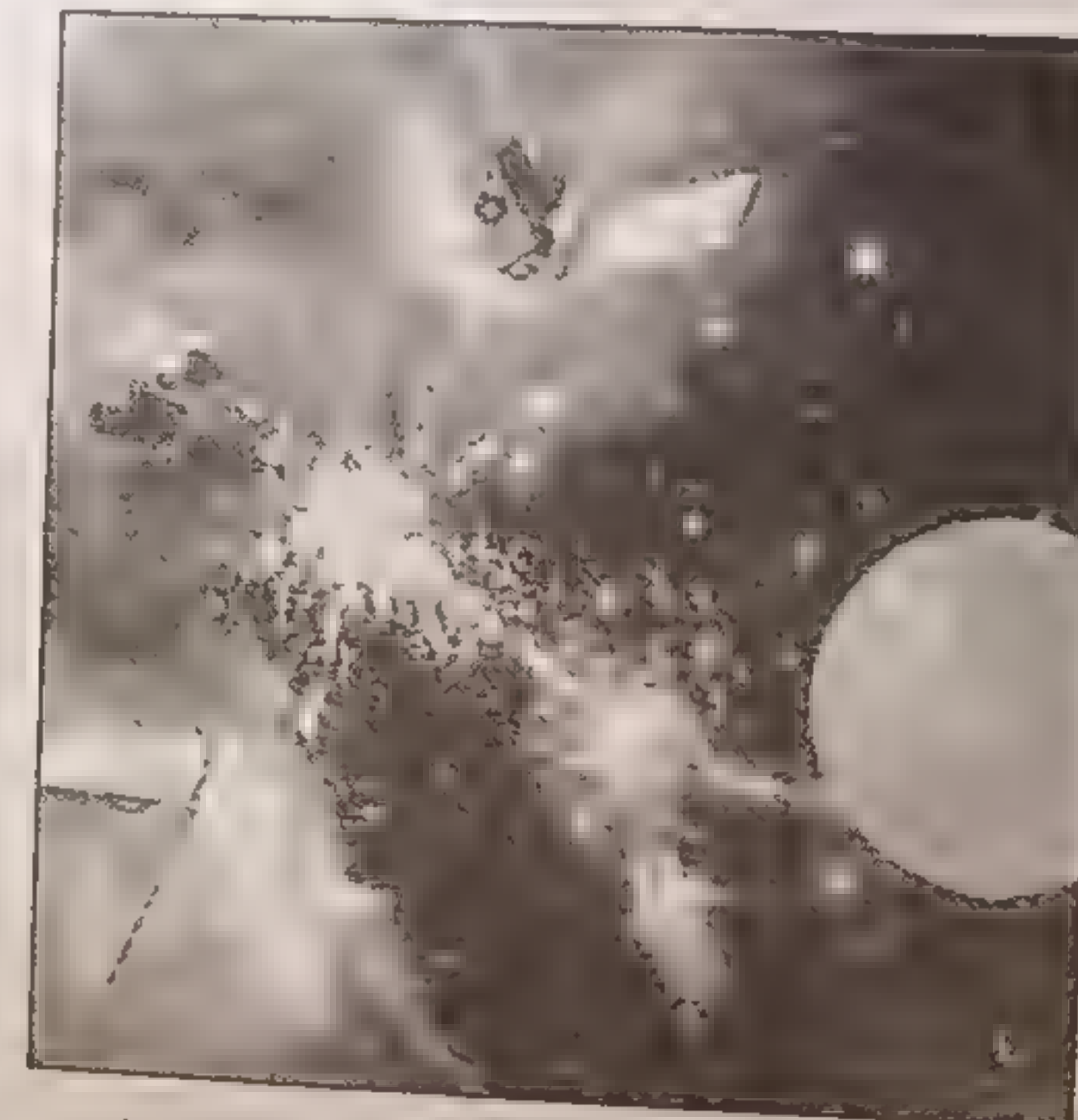
— А что, — говорю, — разве не так было?



Как ни странно, прием сработал. Растолковав мне, невежде, что столь дорогой проект не мог не предусматривать множество степеней защиты от разного рода «ошибок оператора» и прочих воздействий, солидного вида ученый муж вдруг проронил:

— Вывести из строя центральный бортовой компьютер «Фобоса-1» способен был только супермощный поток радиосигналов, идущий со стороны орбиты Марса.

— Было ли это зафиксировано в ЦУПе? — поинтересовался я.



Собеседник посмотрел на меня внимательно, потом рассказал историю о марсианском муравье, оказавшемся на одном из кадров в видеотеке НАСА.

Но меня интересовало другое: кто сбил «Фобос»? Марсиане? Кто-то другой из-за пределов Солнечной системы?

— Хороший вопрос, — только и сказал мой собеседник.

Позже я спросил одного из «продвинутых» ученых, выполняющих поручение Генштаба России,

почему они все-таки сбили «Фобос-2». Он мне ответил очень просто и понятно:

— Разве ты сам не знаешь, что программа была с точки зрения высших сил космоса чрезвычайно агрессивной и некорректной? Эти дурацкие антенны, торчащие во все стороны, попытка лазерного зондирования полого внутри спутника и многое другое в поведении земных аппаратов просто не могли вызвать иной реакции.

— У марсиан или тех, кто поставил там свой блокпост? — попытался было уточнить я у ученого.

— Спроси чего-нибудь полегче, — буркнул он в ответ, а потом, подумав, выдвинул свою версию: — Мне кажется, это сам Марс, его планетарный разум принял решение не допустить к себе на этот раз устройства землян. И правильно — нечего нам там делать.

Увы, большего добиться я так и не смог. Но вот то, что в ЦУПе видели, как перед потерей связи со вторым «Фобосом» на Марс упала тень гигантского «веретена», — это точно.

Андрей РЕМИЗОВ



О сокровищах царя Соломона говорится даже в Библии. Это и роскошное убранство его дворца, и несметные богатства храма в Иерусалиме. Соломон, третий царь Израильско-Иудейского государства (ок. 965–928 г. до н.э.), прославился не только сокровищами, но и своей величайшей мудростью, о которой в древнем мире слагали легенды. Чтобы облегчить управление своей страной и наладить сбор налогов, Соломон разделил ее на 12 территориальных округов. Однако для роскошной жизни царского двора, строительства многочисленных крепостей и храмов одним налогам было мало, и основная масса золота поступала из загадочной страны Офир. Но где же она находилась?

Из древних источников известно, что Соломон активно сотрудничал с финикийцами, царь которых — Хирам — предоставил ему целую флотилию для морской экспедиции в страну Офир. Флотилия отплыла из Ецион-Гавера — порта, расположенного к северу от залива Акаба в Красном море. Экспедиция оказалась удачной: кроме 11 тонн золота, корабли привезли еще и большое количество драгоценных камней и красного дерева.

В 1938 г. сведения, почерпнутые из древних источников, получили сенсационное подтверждение: американский археолог Н. Глюк обнаружил место, где располагался порт Ецион-Гавер. При раскопках удалось установить, что в этом городе был налажен процесс переработки и выплавки медной и железной руд. Поразительно, но некоторые плавильные печи, несмотря на свой весьма преклонный возраст — 3 тыс. лет, прекрасно сохранились. Мудрый Соломон прямо в портовом городе наладил производство железа и бронзы, которые обменивал в стране Офир на золото.

Пытаясь определить местонахождение страны Офир, ученые исходили из предпосылки, что такое большое количество золота Соломону могли привозить только из трех районов бассейна Индийского океана — Аравии, Индии и юго-восточного побережья Африки. Аравия сразу отпадала — при наличии караванного пути флот не требовался. Индия вряд ли могла быть источником золота: потребление этого металла здесь достигало столь внушительных размеров, что своего золота не хватало и его вво-

О несметных богатствах царя Соломона и таинственных рудниках, где они добывались, многим известно из знаменитой книги Генри Райдера Хаггарда «Копи царя Соломона» и экранизаций этого романа. Однако местонахождение загадочной страны Офир, откуда Соломону доставляли золото, до сих пор точно неизвестно. Одни полагают, что копи знаменитого царя были в Южной Африке, другие находят их следы в перуанских Андах, ну а третьи источником сокровищ считают Индию.

КОПИ ЦАРЯ СОЛОМОНА

Офир в 1868 г. были обнаружены развалины единственного каменного города Древней Африки — Большого Зимбабве. Первыми европейцами, услышавшими о Большом Зимбабве, были португальские купцы, посещавшие Африку в XVI в. Португальский миссионер Жоао дос Сантос в своих записках также упоминал об этих развалинах, сообщая, что местные жители считали их древними золотыми рудниками царицы Савской или даже знаменитого Соломона. Сам Сантос считал, что это легендарные



вали железо на золото у африканских племен, которые проживали в районе современного Мозамбикского побережья.

Однако не все ученые придерживаются мнения, что легендарная страна Офир располагалась в Центральной или Южной Африке. В 1932 г. американский ученый Кеннет Твитчелл заявил, что копи царя Соломона находились в Саудовской Аравии. Начать поиски в этом районе его побудили древние легенды. У подножия горы Махд-эд-Дахаб (по-арабски «Золотая колыбель») исследователю посчастливилось обнаружить древний жернов для истирания руды, возраст которого превышал

60 т золота. Привлеченные к обследованию рудников геологи предположили, что во времена Соломона месторождение горы Махд-эд-Дахаб могло давать почти половину мировой добычи золота. Очевидно, данное обстоятельство позволяет со всей серьезностью отнестись к словам Твитчелла, что именно он обнаружил искомые копи царя Соломона.

Рудники в Саудовской Аравии, обмен железа на золото с африканцами — все это, по мнению некоторых романтично настроенных исследователей, слишком просто для такой легендарной личности, как царь Соломон. Вот если бы его копи находились в Южной Америке...

Наконец-то мы и добрались до самой необычной гипотезы о местонахождении страны Офир. В 1970-

9 года правления нашего могущественного царя Хирама мы принесли в жертву небесным богам и богиням одного из юношей и отчалили из Ецион-Гавера, что на Красном море. Мы плыли на 10 судах и потратили 2 года, чтобы обогнуть Африку. Затем нас буря разлучила рукой бога Баала, и мы потеряли наших товарищей. Так мы оказались здесь, на «железном острове», 12 мужчин и 3 женщины. Должен ли я, мореход, обратиться в бегство? Нет! Пусть великие боги и богини будут благосклонны к нам!» Наверное, многие из читателей сразу обратили внимание, что в послании упоминается и порт, где Соломон организовал производство железа, и финикийский царь Хирам, с которым он заключил соглашение насчет флота для плавания в страну Офир. Неудивительно, что Сайрус Гордон в 1970-х гг. предположил, что финикийцы знали о существовании Бразилии, раз называли ее островом железа, ведь именно этот металл — основная статья бразильского экспорта. Раз знали, значит, их корабли ходили к этому континенту и вполне могли доставлять отсюда золото для Соломона.

В 1966 г. американец Рене Чебберт обнаружил в Бразильском национальном архиве письмо португальских путешественников, датированное 1753 г., в котором они сообщали, что открыли легендарные копи царя Соломона. Чебберта так увлекла идея найти копи, что он почти 20 лет посвятил этим поискам. В какой-то момент, изучая аэрофотоснимки, Чебберт уже решил, что обнаружил копи, но серые разводы на снимках оказались не древними отвалами отработанной породы, а всего лишь поверхностью какого-то водоема.

Гипотеза о южноамериканских копиях Соломона оказалась «живее всех живых». В 1989 г. американский ученый Джени Сэвой обнаружил в Андах на плитах в пещере неподалеку от Гран-Вилая необычные надписи, очень похожие на финикийские письмена, причем один из обнаруженных им знаков, как он утверждает, изображался на кораблях, доставлявших золото для Соломона. После этой находки Сэвой, по его словам, перестал считать смешной идею, что финикийцы плавали в Америку за 2 тыс. лет до Колумба.

Конечно, предположение, что копи Соломона находятся в Южной Америке, довольно сомнительно: слышном

СОЛОМОНА

никах еще 60 т золота.
Привлеченные к обследо-
ванию рудников гео-

логи предположили, что во времена Соломона месторождение горы Махд-эд-Дахаб могло давать почти половину мировой добычи золота. Очевидно, данное обстоятельство позволяет со всей серьезностью отнестись к словам Твитчелла, что именно он обнаружил искомые копи царя Соломона.

Рудники в Саудовской Аравии, обмен железа на золото с африканцами — все это, по мнению некоторых романтично настроенных исследователей, слишком просто для такой легендарной личности, как царь Соломон. Вот если бы его копи находились в Южной Америке...

Наконец-то мы и добрались до самой необычной гипотезы о местонахождении страны Офир. В 1872 г. в Бразилии была обнаружена каменная плита с загадочными письменами, очень похожими на финикийские. Точный перевод их удалось сделать американскому филологу Сайрусу Гордону только в 60-е гг. XX в. Древнее послание было выбито на плите финикийцами, оно гласило: «Мы, сыновья племени Ханаан из Сидона, города купцов, были выброшены на этот отдаленный остров, в гористую местность. В честь

почти 20 лет посвящал этим поискам. В какой-то момент, изучая аэрофотоснимки, Чебберт уже решил, что обнаружил копи, но серые разводы на снимках оказались не древними отложениями отработанной породы, а всего лишь поверхностью какого-то водоема.

Гипотеза о южноамериканских копиях Соломона оказалась «живее всех живых». В 1989 г. американский ученый Джени Сэвой обнаружил в Андах на плитах в пещере неподалеку от Гран-Вилая необычные надписи, очень похожие на финикийские. Сэвой утверждает, что они изображали на кораблях, доставлявших золото для Соломона. После этой находки Сэвой, по его словам, перестал считать смешной идею, что финикийцы плавали в Америку за 2 тыс. лет до Колумба.

Конечно, предположение, что копии Соломона находятся в Южной Америке, довольно сомнительно: слишком далеко, тем более, как мы уже знаем, источники золота были гораздо ближе. Однако идея о возможных плаваниях финикийцев к этому континенту нельзя считать абсурдной, ведь бурей сюда могло занести и посланцев легендарного царя. Золота никогда не бывает слишком много, почему бы не предположить, что Соломон направлял за ним экспедиции в разные районы планеты.

Подготовил
Виталий ГОЛУБЕВ

ной и железной руд. Поразительно, но некоторые плавильные печи, несмотря на свой весьма преклонный возраст — 3 тыс. лет, прекрасно сохранились. Мудрый Соломон прямо в портовом городе наладил производство железа и бронзы, которые обменивал в стране Офир на золото. Попробуем определить, где же

Пытаясь определить местонахождение страны Офир, ученые кое-кое большое количество золота Соломону могли привозить только из трех районов бассейна Индийского океана — Аравии, Индии и юго-восточного побережья Африки. Аравия сразу отпадала — при наличии караванного пути флот не требовался. Индия вряд ли могла быть источником золота: потребление этого металла здесь достигало столь внушительных размеров, что своего золота не хватало и его ввозили из других стран. Так, методом исключения историки пришли к выводу, что страна Офир, скорее всего, находилась в Южной Африке, на территории современного Зимбабве. Именно здесь, примерно в 1000 км от побережья, располагались в древности богатейшие месторождения золота. Африканцам, которые перешли от каменного века сразу к железному, обмен с посланцами Соломона был весьма выгоден. Видимо, для этого и выплавляли в Ецион-Гавере железо и бронзу.

Именно в предполагаемом районе местонахождения страны

Офир в 1868 г. были обнаружены развалины единственного каменного города Древней Африки — Большого Зимбабве. Первыми европейцами, услышавшими о Большом Зимбабве, были португальские купцы, посещавшие Африку в XVI в. Португальский миссионер Жоао дос Сантос в своих записках также упоминал об этих развалинах, сообщая, что местные жители считали их древними золотыми рудниками царицы Савской или даже знаменитого Соломона. Сам Сантос считал, что это легендарные копи царя Соломона, упоминаемые Библии как золотые копи в Офире. Большом Зимбабве ходило много слухов, но никто его не видел, пока не развалин древнего города не обнаружил немецкий геолог Карл Маух. Многие исследователи

Многие исследователи считали столицей загадочной страны Офир Большой Зимбабве, но впоследствии выяснилось, что город был основан в средние века и во времена Соломона его просто не существовало. Получается, страна Офир не была ни государством, ни городом, а посланцы Соломона обмени-

Офир в 1868 г.

железо на золото у африканских племен, которые проживали в районе современного Мозамбикского побережья.

Однако не все ученые придерживаются мнения, что легендарная страна Офир располагалась в Центральной или Южной Африке. В 1932 г. американский ученый Кеннет Твитчелл заявил, что копи царя Соломона находились в Саудовской Аравии. Начать поиски в этом районе его побудили древние легенды. У подножия горы Махд-эд-Дахаб (по-арабски «Золотая колыбель») исследователь поспешившись обнаружить древний жернов для истирания руды, возраст которого превышал 2 тыс. лет. Кроме того, тщательный анализ поверхности жернова позволил обнаружить оставшиеся на нем еще со времен древних разработок частицы золота. Вскоре были найдены и рудники. Как оказалось, примитивные технологии времен Соломона не позволили извлечь драгоценный металл полностью, поэтому предприимчивому ученому удалось основать компанию, которая под его руководством за 14 лет добыла на древних руд-

ДЕЗДЕМОНА ДРЕВНЕГО ЕГИПТА

Когда археолог Бренда Бейкер извлекла женский скелет из кладбища в Абидосе, древнем египетском провинциальном городе, расположенном в 100 милях к северу от Луксора, она не могла даже предположить, что столкнется с преступлением, которое произошло 4 тыс. лет назад. Обследование костей скелета показало, что 35-летняя женщина была смертельно ранена ударом кинжала в спину. Сзади на ее левых пятом и шестом ребрах — характерные следы удара кинжалом, которые не имели наростов новой кости, что говорило о последовавшей за ранением смерти.

Стала ли эта женщина жертвой какого-нибудь древнеегипетского ревнивца, наподобие Отелло, или смертельный удар был закономерным концом череды издевательств домашнего тирана, нам уже не узнать. Согласно Бейкер, неприятности убитой женщины начались задолго до ее насильственной смерти. Так, три ребра и кость левой руки имеют частично зажившие трещины. Исследование травм показало, что они не являются следствием лишь одного инцидента, женщину регулярно избивали кулаками или ногами. Хотя еще

два женских скелета из захоронения имеют следы травм: один — вмятину в черепе, другой — сломанную руку, в данных случаях нельзя с уверенностью сказать, что эти повреждения были результатом избиений.

Возможно, именно таким кинжалом был нанесен смертельный удар, оставивший след на ребрах жертвы

крестьянкой или домохозяйкой — об этом говорит простое захоронение в песке в деревянном гробу в районе кладбища простолюдинов. Не исключено, что погибшая могла быть и служанкой в каком-нибудь богатом доме.

Нам уже не узнать, что послужило причиной трагической развязки — ревность, плохо приготовленный обед или просто садистские наклонности мужа или отца женщины, но ее останки красноречиво свидетельствуют, что преступления на бытовой почве имеют весьма длительную историю. Увы, подобные избиения и ныне не редкость. Сколько же тысяч лет нам надо, чтобы научиться уважать и понимать друг друга?

Андрей СИДОРЕНКО

НАШЛИ НЕФЕРТИТИ!

Ученые считают, что обнаружили мумию знаменитой Нефертити, супруги и близкой родственницы египетского фараона Аменхотепа IV. Для этого не пришлось перекидывать горы земли или, рискуя жизнью, протискиваться через коридоры подземных гробниц: как оказалось, мумия царицы была обнаружена 100 лет назад и уже давно находилась в Каирском музее (значилась там под номером 61). В описании было указано, что это мумия пожилой женщины, однако недавнее обследование показало, что возраст умершей был примерно 24–34 года, а как известно, Нефертити умерла в 28–29 лет. Мумия имеет поразительное сходство со знаменитым бюстом древнеегипетской красавицы, который хранится в Берлине, и другими изображениями царицы. Кроме того, к мумии подходят все известные исследователям приметы Нефертити.

«РАЗГАДАЛИ» БИБЛИЮ?

Объяснить Библию с научной точки зрения попытался американский журнал «Популярная механика». Ни о каких чудесах и речи нет, утверждает издание. Все можно понять «простым крестьянским умом».

Жена Лота, которая превратилась в соляной столб? В ту пору случилось сильнейшее землетрясение, во время которого погибли Содом и Гоморра, а жену Лота просто-напросто накрыла богатая солью почва вокруг Мертвого моря. Звезда Вифлеема? По всей вероятности, это звезда

Звезда Вифлеема? По всей вероятности, это было новое, зарождающееся небесное тело.

И так далее, и тому подобное. Только, наверное, не все хотели бы постигать Библию «простым крестьянским умом», потому что давным-давно она является для людей большим, чем просто книгой о чудесах.

Ирина ШАХОВА

Ой?

аки сбили «Фо-
ветил очень про-

не знаешь, что
с точки зрения
са чрезвычайно
орректной? Эти
торчащие во
тка лазерного
то внутри спут-
е в поведении
осто не могли

тех, кто поста-
т? — попытал-
уменого.

удь полегче, —
потом, поду-
шка — Мне

его плане-
та, не
уст-

... ..

(continued)

10055



Они по уши влюбились друг в друга. Если они не любовались друг другом, то обнимались. Если не обнимались, то целовались. Если не целовались, то являли собой болтушку из десятка яиц в постели. А сготовив этот удивительный омлет, вновь начинали смотреть друг на друга и узнавать звуки. В общем, на их долю выпала Любовь.

Ее звали Бет, его Чарлз. Без фамилий. Да и по именам-то они называли друг друга не часто. Каждый день они находили для своего любимого (любимой) новые имена, некоторые из них шептались только глубокой ночью, особенные, нежные, шокирующе откровенные.

Так или иначе, но каждая ночь превращалась для них в 4 июля. На рассвете они отмечали Новый год. Местная команда побеждала, и болельщики высыпали на поле. Боб летел по ледяному желобу, а в нем двое разгоряченных людей, крепко обнявшись, кричали от счастья. А потом что-то случилось.

За завтраком (уже год они не могли оторваться друг от друга) у Бет вырвалось едва слышно:

— Хвать.

Чарлз поднял на нее глаза.

— Что?

— Хвать, — повторила она. — Игра такая. Никогда в нее не играл?

— Даже не слышал.

— А я играла в нее много лет.

— Из тех, что продаются в магазинах?

— Нет-нет, я сама ее придумала, оттолкнувшись от старинной истории о привидениях. Хочешь поиграть?

— Посмотрим, — и он вновь принялся за яичницу с ветчиной.

— Может, поиграем вечером... Она забавная, — Бет кивнула, чтобы добавить убедительности своим словам. — Именно сегодня. Тебе понравится.

— Мне нравится все, что мы делаем.

Только она напугает тебя до Кик, ты говоришь, она называется?

— Хвать.

— Впервые слышу.

Оба рассмеялись, но ее смех звучал громче.

подушку, улыбка его заметно поблекла. Оглядел комнату, но не увидел ничего, кроме пятна света на стене, отбрасываемого горячей в ванной лампочкой. Из дальнего угла донесся звук, словно там зашебуршала мышь. Он посмотрел туда, но ничего не заметил. Еще минута. Чарлз откашлялся.

Неожиданно из ванной донесся какой-то шепот. Он прислушался. Теперь ему показалось, что кто-то скребется под кроватью. Но вскоре звук пропал, и опять воцарилась тишина. Он сглотнул слюну, прищурился.

носицы, не желая возвращаться на место. Пальцы выписывали круги по стеганому одеялу, словно хотели уйти от него.

Коготь появился справа. Да нет же, не появлялся! Или появлялся?

Что-то шевельнулось в стенном шкафу напротив кровати. Дверь медленно открылась под напором темноты. За ней чернела бездна, прямо-таки глубокий космос. Силу-

Рэй БРЭДБЕРИ

РОКОВАЯ ИГРА



Тишина.

— С тобой все в порядке? Как ты?

Молчание.

— Бет?

Нет ответа.

— Бет!

— О-о-о-о... А-а-а-а!

Он услышал визг, вопль, крик.

Тень надвинулась. Сгусток тьмы прыгнул на кровать. На четырех лапах.

— А-а-а! — вонзился в уши вопль.

— Бет! — вскрикнул он.

— О-о-о-о! — ответила черная

тварь.

Еще прыжок — и она приземли-

лась ему на грудь. Холодные

— О, Боже! — всхлипывал он. — Нет!

— О, Чарли! — ее мучила совесть.

— Извини меня, я не хотела...

— Ты хотела, хотела!

Он уже не владел собой.

— Да нет же, Чарли, нет, — она тоже разрыдалась, а затем спрыгнула с кровати, забежала по комнате, включая лампы.

Он все плакал. Бет приникла к нему, прижала искаженное горем лицо к груди, обнимала, гладила, ласкала и целовала...

— Извини меня, Чарли, пожалуйста, извини. Я не...

— Ты хотела!

— Это всего лишь игра!

— Ты называешь это игрой! — и слезы хлынули еще сильнее.

* * *

Наконец он успокоился и теперь лежал рядом с ней, прижимаясь к теплому телу сестры, подруги, возлюбленной. Его сердце, недавно едва не выскакивавшее из груди, теперь билось ровно и спокойно. Кровь больше не пульсировала в запястьях, а грудь не сжимало обручем.

— О, Бет, Бет, — простонал он.

— Чарли, — она извинялась, не открывая глаз.

— Никогда больше так не делай.

— Не буду.

— Обещаешь никогда больше так не делать? — он икнул.

— Клянусь.

— Ты уходила, Бет, это была не ты!

— Я прощена, Чарли?

Он долго лежал, прежде чем кивнуть, словно ему пришлось всесторонне обдумать принятое решение.

— Прощена.

— Жаль, что все так вышло, Чарли. Давай спать. Можно мне выключить свет?

Нет ответа.

— Мне выключить свет, Чарли?

— Н-нет.

— Если мы хотим спать, Чарли, нам надо выключить свет.

— Пусть еще погорит, — ответил он, не открывая глаз.

— Ладно, — она прижалась к нему, — пусть горит.

Он шумно вдохнул и внезапно задрожал всем телом. Дрожь не отпускала его добрых пять минут. Все это время она обнимала, гладила, целовала его, и в конце концов он затих.

Часом позже она подумала, что он заснул, встала, выключила

То был долгий и сладкий день — ласковыми именами, редкими омлетами, плотным обедом с хорошим вином. Потом они долго читали, а

— Нет-нет, я сама ее придумала, оттолкнувшись от старинной истории о привидениях. Хочешь поиграть?

— Посмотрим, — и он вновь принялся за яичницу с ветчиной.

— Может, поиграем вечером... Она забавная, — Бет кивнула, чтобы добавить убедительности своим словам. — Именно сегодня. Тебе понравится.

— Мне нравится все, что мы делаем.

— Только она напугает тебя до смерти, — предупредила Бет.

— Как, ты говоришь, она называется?

— Хвать.

— Впервые слышу.

Оба рассмеялись, но ее смех звучал громче.

* * *

То был долгий и сладкий день — с ласковыми именами, редкими омлетами, плотным обедом с хорошим вином. Потом они долго читали, а ближе к полуночи он спросил:

— Мы ничего не забыли?

— Ты о чем?

— Хвать.

— Ну конечно же! — она рассмеялась. — Я просто ждала, когда часы пробьют полночь.

Они и пробили. Бет сосчитала до двенадцати и счастливо вздохнула.

— Отлично. Давай потушим свет.

Оставим только маленький ночничок у кровати, — она прошла по спальне, выключая лампы, вернулась, взбила его подушку, заставила лечь посередине большой кровати. — Лежи и не двигайся, просто жди. И увидишь, что произойдет... Ладно?

— Ладно, — он снисходительно улыбнулся. В такие моменты она словно становилась десятилетней герл-стаутом, ради забавы раздающей всем пирожки с рвотным, а он, в свою очередь, никогда от них не отказывался. — Поехали.

— А теперь замри, — приказала она. — Не произноси ни слова. Если понадобится, говорить буду я... Хорошо?

— Да.

— Тогда начнем, — и она медленно растаяла у изножья кровати.

Сначала Бет позволила размякнуть костям, потом голова и волосы последовали вниз за ставшим бумажным телом. Она словно бы складывалась слой за слоем...

— Здорово! — воскликнул он.

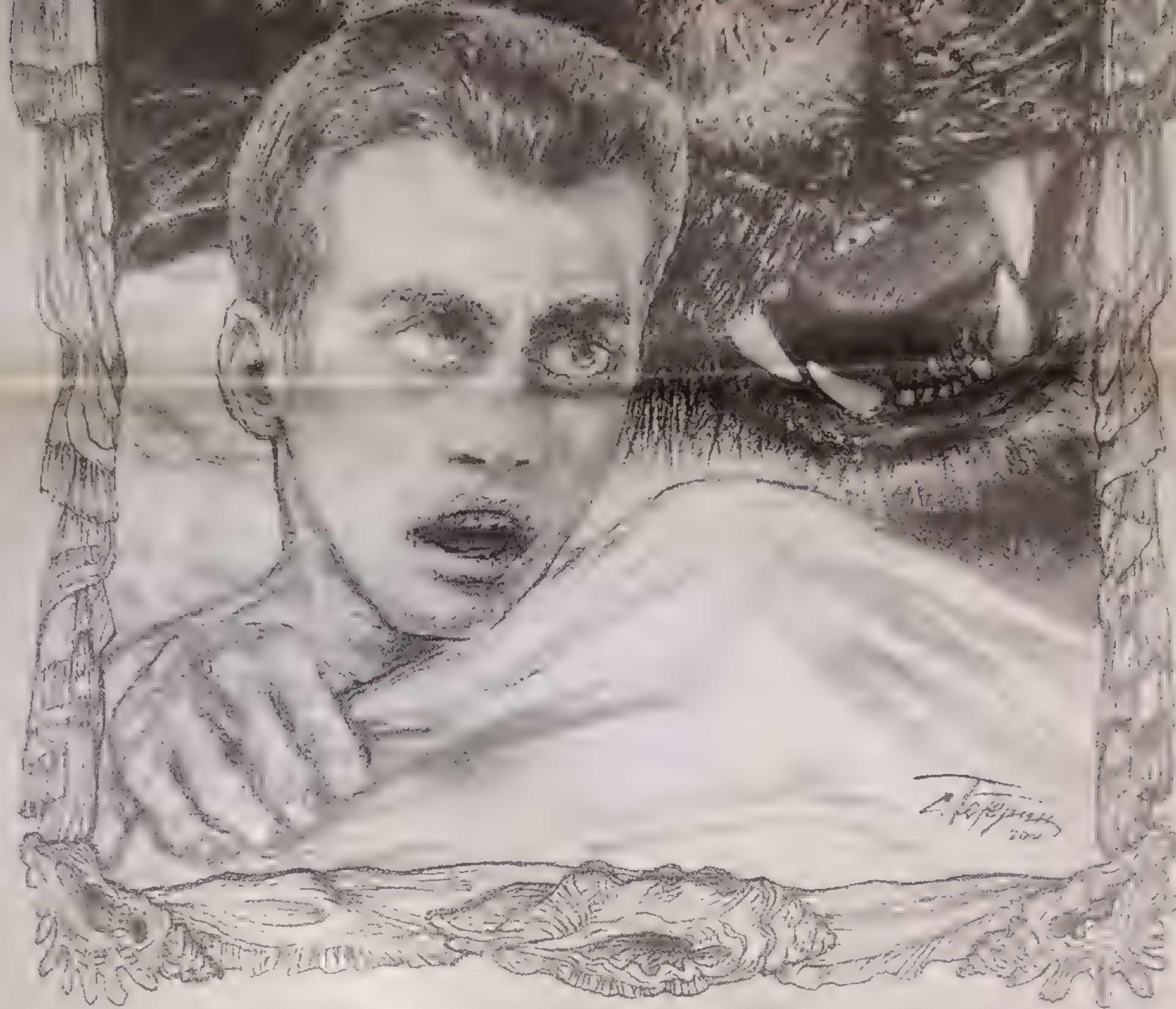
— Ты же должен молчать. Ш-ш-ш!

— Молчу.

Тишина. Прошла минута. Ни звука. Он улыбался, замерев в ожидании. Еще минута. Он не знал, где она.

— Ты все еще за кроватью? — спросил он. — О, извини, я же должен молчать.

Прошло минут пять. В комнате вроде бы потемнело. Он сел, взбил



Лампа в ванной в 150 ватт тлела, как 50-ваттная.

По полу словно пробежал большой паук, но он ничего не увидел. Наконец до его ушей долетел ее голос, вернее, не голос, а отраженное от стен эхо.

— Пока тебе нравится?

— Я...

— Молчи, — шепотом напомнила она и затихла еще на две минуты.

Внезапно он почувствовал, как гулко бьется пульс в запястьях. Посмотрел на стену слева, справа, на потолок и неожиданно увидел белого паука, ползущего по изножью кровати. Разумеется, ее руку, изображающую паука. Рука тут же исчезла.

— Ха! — рассмеялся он.

— Ш-ш-ш-ш! — прошептала она.

Что-то вбежало в ванную. Лампочка погасла. Тишина. Горел только ночник. У него на лбу выступила испарина. Он сидел, гадая, зачем они все это затеяли.

Когтистая рука ухватила за дальний левый угол кровати. Шевельнулись пальцы, рука исчезла. В его груди словно стучал паровой молот.

Прошло еще долгих пять минут. Дыхание стало затрудненным, отрывистым. Брови сошлись у пере-

эты висящих в шкафу пальто напоминали бестелесных людей.

Бегающие шаги в ванной. Суеулыбчивый шелест кошачьих лапок у окна.

Он сел, облизнул губы и хотел что-то сказать, но только покачал головой. Минуту целых двадцать минут.

Слабый стон, далекий смешок. Вновь стон... Где? В душе?

— Бет? — не выдержал он.

Внезапно закапала вода в раковине, медленно, капля за каплей. Кто-то отвернул кран.

— Бет, — едва слышно повторил он.

Где-то открылось окно. Холодный ветер тронул тюлевую занавеску.

— Бет, — сказал он в тревоге.

Нет ответа.

— Мне это не нравится.

Тишина. Ни движения, ни шепотка, ни паука, ничего.

— Бет? — позвал он чуть громче.

Ни вдоха, нигде ничего.

— Не нравится мне эта игра.

Тишина.

— Ты слышишь меня, Бет?

Молчание.

— Не нравится мне эта игра.

В ванной все еще капало.

— Довольно, Бет, наигрались.

Дуновение ветра из окна.

— Бет? Где ты?

руки сдавили шею, белое лицо придвинулось почти вплотную. Пещера рта раскрылась и провизжала:

— Хвать!

— Бет! — выкрикнул Чарлз.

Он метался, барахтался, уворачивался, но существо крепко вцепилось в него — бледное лицо, огромные глаза, раздувающиеся ноздри и облако темных волос, подхваченное ветром. Загадочные руки все сильнее сдавливали шею, а воздух, вырывающийся изо рта и ноздрей, был холоден, как лед. Чарлз пытался вырваться, но ноги существа припилили его руки к кровати, а лицо все смотрело на него, полное неземной злобы, такое странное, чужое, незнакомое, что он завопил вновь.

— Нет! Прекрати!

— Хвать! — изрыгнул рот.

Такого существа он еще никогда не видел. Женщина из будущего, из времени, когда сгустится тьма, все отравит скука, слова заглохнут и не останется ничего, кроме льда и пустоты, любовь уйдет, уступив место ненависти и смерти.

— Нет! Прекрати!

Из глаз брызнули слезы. Он разрыдался. Холодные руки ушли, чтобы вернуться теплыми, нежными; заботливыми, ласкающими руками Бет.

Он долго лежал, прежде чем кивнуть, словно ему пришлось всесторонне обдумать принятое решение.

— Прощена.

— Жаль, что все так вышло, Чарли. Давай спать. Можно мне выключить свет?

Нет ответа.

— Мне выключить свет, Чарли?

— Н-нет.

— Если мы хотим спать, Чарли, нам надо выключить свет.

— Пусть еще погорит, — ответил он, не открывая глаз.

— Ладно, — она прижалась к нему, — пусть горит.

Он шумно вдохнул и внезапно задрожал всем телом. Дрожь не отпускала его добрых пять минут. Все это время она обнимала, гладила, целовала его, и в конце концов он затих.

Часом позже она подумала, что он заснул, встала, выключила все лампы, кроме одной, в ванной: вдруг он проснется и захочет, чтобы горела хотя бы одна. Когда она вновь залезла в постель, он шевельнулся. До нее донесся его голос, испуганный, потерянный:

— О, Бет, я так тебя любил...

Она тут же заметила ошибку.

— Поправляю. Ты так меня любишь.

— Я так тебя люблю, — эхом отозвался он.

Прежде чем снова заснуть, она еще час смотрела в потолок.

* * *

На следующее утро он намазал маслом гренки и посмотрел на нее. Она сосредоточенно жевала бекон, поймала его взгляд, улыбнулась.

— Бет...

— Что?

Как ему сказать? Внутри у него будто что-то оборвалось. Спальня в это утро казалась меньше, темнее, бекон подгорел, гренки обуглились. У кофе появился странный, неприятный привкус. Она сидела такая бледная. А биение его сердца напоминало удары уставшего кулака о запертую дверь.

— Я... — начал он. — Мы...

Как ему сказать, что он боится? Внезапно он почувствовал начало конца, того самого, после которого не будет ничего и ничего, во всем мире.

— Ничего.

Пять минут спустя она спросила, глядя на остатки яичницы:

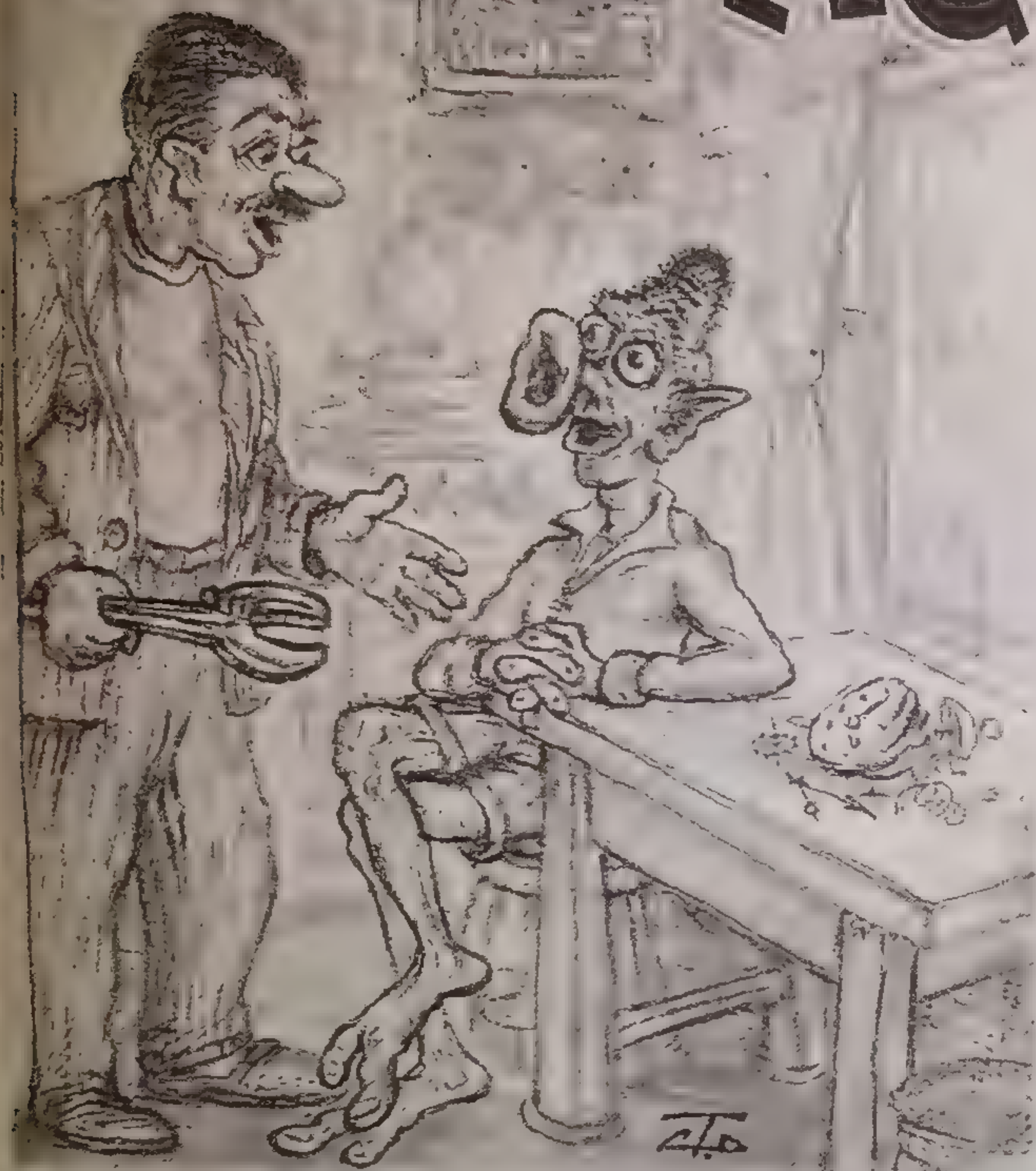
— Чарли, хочешь вечером сыграть еще раз? Только теперь я буду лежать в кровати, а ты прятаться, прыгать и кричать: «Хвать!»

Чарлз ответил не сразу — перехватывало дыхание. Он не хотел знакомиться с этой частью своего «я». Слезы навернулись ему на глаза.

— О нет.

Пер. с англ.
Дмитрия ВЕБЕРА

УЛЫБНИТЕСЬ!

ИСЧЕЗНУВШЕЕ
ВРЕМЯ

В понедельник Василий Семенович, 42-летний холостяк и трудолюбивый, вернувшись с работы около 7 вечера и быстренько приняв душ, взглянул на часы: на них было 23.00.

«Что за чертовщина?!» — подумал Василий Семенович и набрал по телефону номер 100. Женский голос сообщил ему, что точное время — 23 часа 0 минут 15 секунд.

— 15 секунд можешь себе оставить! — бросил в трубку ошарашенный Василий Семенович.

А во вторник после ужина он сел посмотреть «Вести», потому что уже лет 5 газет не читал. Включил телевизор ровно в 20.00. Шел какой-то боевик. Снова взглянул на часы: на них было 24.00.

«Господи, куда же исчезли 4 часа? — с ужасом подумал он. — Завтра переговоры с немцами, а я даже не просмотрел документы, которые взял с собой!»

Василий Семенович поставил будильник на 7 часов, лег и словно в пропасть провалился. В 9 утра он уже был на работе. Сначала колле-

ги как-то странно поглядывали на него, а через несколько секунд секретарша по громкоговорителю пригласила его «на ковер». Как только он переступил порог кабинета начальника, сразу узнал о себе много такого, о чем ранее и не догадывался. Потом шеф перешел к делу:

— Может, объяснишь мне, — свистящим шепотом сказал начальник, — почему ты не только сам не явился на переговоры с немцами, но и документы унес?

Василий Семенович начал лихорадочно вспоминать, как литература рекомендует вести себя с сумасшедшими, но ничего подходящего припомнить так и не смог, потому что последнюю книгу, которая называлась «Муму», читал лет 20 назад.

— Вы что-то путаете, — сказал он, — переговоры назначены на полдень в среду, то есть на сегодня.

— На сегодня?! — прошипел начальник. — Сегодня ч-е-т-в-е-р-г!

Тут Василий Семенович понял, что из них двоих сумасшедший все-таки он. Но куда же исчезли целые сутки? Волей-неволей ему пришлось поведать о своих злоключениях со временем.

— Вон! — зашелся в крике шеф и затопал своими толстыми ножками.

Задумчивый возвращался Василий Семенович с работы.

«Если я, — размышлял он, — времени на всякие глупости не теряю, то куда же оно исчезает?» И тут его осенило: «Кто-то у меня

время ворует!» И Василий Семенович решил выследить вора.

Вечером, как обычно, завел будильник на 7 часов, положил на тумбочку монтировку, выключил свет и притворился спящим. Где-то через час уловил легкий шорох на кухне. Ступая мягко, как кошка, прокрался по коридору с увесистым оружием в руках и резко включил свет. На стуле возле кухонного окна сидел взлохмаченный мужик и грустно смотрел на него! Василий Семенович взглянул на входную дверь: та была закрыта и ключ торчал изнутри.

— Ты откуда здесь взялся?!

— С Сатурна, — ответил пришелец, — в командировке я.

— А если я монтировкой по твоей башке двину, ты в Нептуна не превратишься?

— Ты чего, не веришь мне, что ли? — обиделся пришелец. — Смотри! — и он прямо на глазах у изумленного Василия Семеновича принял вид лысого уродца с расплюснутым хоботком вместо рта.

— Теперь верю! — дрогнувшим голосом сказал Василий Семенович. — Так это ты ворующий у меня время?

— Ничего я не ворую. Время — мое питание. Во-первых, это самый экологически чистый продукт, а во-вторых, оно бесконечно.

И тут Василию Семеновичу пришла в голову неожиданная идея:

— Давай сделаем так: я буду поставлять доноров — не помирать

же тебе с голоду! А если они на некоторое время и исчезнут, земляне только спасибо скажут.

Пришелец заметно повеселел:

— Я как тебя увидел, сразу понял, что ты наш человек!

После этой встречи дела у Василия Семеновича резко пошли в гору. Сначала на 3 месяца исчез его начальник, а когда он появился вновь, его кабинет уже занимал Василий Семенович. Начальник попытался выступить, но когда осознал, что у него исчезло неизвестно куда 3 месяца, пришлось вызывать санитаров. Затем на 2 месяца пропал работник министерства, который курировал их учреждение, и Василию Семеновичу предложили занять его место. А еще через полгода он стал заместителем министра. Его уже прочили на должность министра, а там, глядишь, и премьера, но тут случилось непредвиденное.

Вышел он как-то вечером на кухню, чтобы принять холодной водочки под грибочки, а на стуле сидит пришелец.

— Что случилось? — обеспокоился Василий Семенович. — У тебя же питания еще на две недели осталось!

— Меня отзывают на Сатурн, так что прощай. Будет время, заскакивай, — и инопланетный гость исчез.

А Василий Семенович резко покати́лся вниз, потому что все, чьи места он занимал, накопили на него столько компромата, что у Василия Семеновича не только все три костюма конфисковали, но и посадить хотели, да не успели.

Теперь Василий Семенович коротает время в одной палате со своим бывшим начальником, и они делятся с коллегами по дурному воспоминаниями о будущем нет и, как стало достоверно известно от психа-осведомителя, даже решили побить за наглое вранье.

ЯСНОВИДЕЦ

Телефон доверия. Измученный консультант-психолог.

Объявление: «Познакомлюсь с девушкой/женщиной, дома у которой будет горячая вода с 17 мая по 5 июня. Возможны дальнейшие отно-

Николай КУЗНЕЦОВ

ЗАЗЕМЛЕННАЯ
ТЫ ВЕЩЬ.
НЕСПОСОБНАЯ
НА БОЛЬШИЕ
ПОСТЫ

вернувшись с работы около 7 вечера и быстренько приняв душ, взглянул на часы: на них было 23.00.

«Что за чертовщина?!» — подумал Василий Семенович и набрал по телефону номер 100. Женский голос сообщил ему, что точное время — 23 часа 0 минут 13 секунд.

— 15 секунд можешь себе оставить! — бросил в трубку ошарашенный Василий Семенович.

чил телевизор ровно в 20.00. Шел какой-то боевик. Снова взглянул на часы: на них было 24.00.

«Господи, куда же исчезли 4 часа? — с ужасом подумал он. — Завтра переговоры с немцами, а я даже не просмотрел документы, которые взял с собой!»

Василий Семенович поставил будильник на 7 часов, лег и словно в пропасть провалился. В 9 утра он уже был на работе. Сначала колле-

все-таки он. Но куда же исчезли целые сутки? Волей-неволей ему пришлось поведать о своих злоключениях со временем.

— Вон! — зашелся в крике шеф и затопал своими толстыми ножками.

Задумчивый возвращался Василий Семенович с работы.

«Если я, — размышлял он, — времени на всякие глупости не тратю, то куда же оно исчезает?» И тут его осенило: «Кто-то у меня

время? — Так это ты ворует у меня время?»

Ничего я не ворую. Время — мое питание. Во-первых, это самый экологически чистый продукт, а во-вторых, оно бесконечно.

И тут Василию Семеновичу пришла в голову неожиданная идея:

— Давай сделаем так: я буду по-
ставлять доноров — не помирать

коротает время в одной палате со своим бывшим начальником, они делятся с коллегами по дому воспоминаниями о будущем. Но те Наполеону верят, им нет и, как стало достоверно известно от психа-осведомителя, даже решили побить за наглое вранье.

Николай КУЗНЕЦОВ

ЯСНОВИДЕЦ

Мой прадед был вперёдсмотрящим на „Титанике“, а теперь он ясновидец тёмных дел!



Я — ясновидец. Если кто-то думает, что ясновидцу живется сладко, то он непрослительно ошибается. Трудно жить на свете, зная, что на улице тебя ждет хулиган, а дома — скандал с собственной благоверной, причем с битьем посуды, с попыткой снять скальп, с жестокими моральными унижениями. Знал ведь, что на Клаве жениться вредно, но желание получать ежедневно адреналин пересилило.

Кстати, Клава считает, что я не ясновидец, а аферист. Об этом она рассказывает всем, забывая, что мой дар не только кормит, но и одевает ее, не считаясь с убытками.

Недостатка в клиентах у меня нет. Всем хочется знать, что их ожи-

дает в ближайшем и отдаленном будущем. Запись на прием производится только по телефону и по рекомендации людей, с которыми я уже поработал. Это придает моему предприятию солидность, избавляет от толкучки на лестничной площадке и является хоть какой-то гарантией безопасности.

О моей практике в целом можно рассказать только во время следования дачной электрички из Москвы в Санкт-Петербург — со всеми остановками, с заездом во Владивосток, в Пекин и Петропавловск-Камчатский. Поэтому расскажу лишь о наиболее характерных моментах в моей работе.

Обратился как-то ко мне мой давний знакомый — снабженец Фе-

дор Степанович Сомов. У него приятель закадычный пропал. То все под ногами путался и на угощение нарывался, а то вдруг сгинул, словно пить бросил. «Где мне найти Серегу?» — спросил меня огорченный снабженец Сомов. «Посмотри в своем шифоньере!» — посоветовал я ему. Федор Степанович в командировку сгонял, домой раньше срока вернулся, шифоньер распахнул, а там приятель. Во всем блеске, но без одежды. «Ты как тут оказался?» — спрашивает его хозяин шифоньера. «Тебя ищут!» — отвечает приятель. Представляете, сколько радости было у двух мужчин от этой неожиданной встречи! Сомовская жена им столик накрыла, одежду приятелю подыскала, чтоб не мерз за столом. Наряд ему тютелька в тютельку подошел, хотя снабженец Сомов на три головы выше приятеля всю жизнь был и на два плеча как минимум шире.

Инженера Камушкина интересовало, когда он получит свою зарплату за первый месяц прошлого

года. Я не стал ему врать и сказал, что зарплату он получит тогда, когда его начальник купит себе виллу на Кипре и набьет своими деньгами хранилище одного из швейцарских банков. Через 2 года Камушкин позвонил и радостно сообщил, что я оказался прав: начальник уже владеет недвижимостью на солнечном острове, и Камушкин получил аванс. А вот полчку инженеру не дали: видимо, швейцарский банк еще не заполнен. Я за инженера порадовался и посоветовал ему найти другую работу.

Бабуля одна все волновалась: что будет с ее кровными сбережениями, которые она вложила в акции АО «Атлантида»? Когда она назвала мне сумму вклада, то меня сильно заинтересовало, как можно на ее неприличную пенсию купить такой приличный пакет акций. Но правду-матку бабуле я пороть не стал, напустил туману о том, что

людовое море будет бушевать у офисов АО, гром и молнии поразят охранников «Атлантиды», а самому главе легендарного континента светит почитание расстрепанных вкладчиков и мандат народного избранника самой высокой пробы. «Слава Богу!» — перекрестилась старушка и шустро засеменила от меня в «Атлантиду», чтобы прикупить еще пару акций. Не знаю, может, с туманом я переборщил, а может, журавлиная стая в чужих руках для наших вкладчиков важнее любого благоразумия?

Надеюсь, что эти характерные примеры из моей практики уже убедили всех маловеров в том, что я действительно обладаю уникальным даром ясно видеть туманные перспективы в любых измерениях. Желательно, чтобы эти измерения были в долларах. А достоверность ясновидения я вам гарантирую на все 100 процентов, так как при элементарном знании жизни осечек быть не должно!

Александр КОСТЮШИН

Объявление: «Познакомлюсь с девушкой/женщиной, дома у которой будет горячая вода с 17 мая по 5 июня. Возможны дальнейшие отношения (на следующий год)».



Пьяная ворона выходит из кабака, расправляет крылья, смотрит на небо, вздыхает и говорит: — А-а, к черту! Пешком пойду!

АНЕКДОТЫ



**Инженер-конструктор
космической техники,
руководитель КБ «Астра»
при Московском
авиационном институте,
координатор
всероссийского
экспедиционного
объединения «Космопоиск»,
Вадим ЧЕРНОБРОВ к тому
же один из самых
известных в нашей стране
исследователей
аномальных явлений.**

— Вадим Александрович, какова история возникновения объединения «Космопоиск»?

— В 70-х гг. сотрудники МАИ по официальному поручению правительства начали заниматься изучением неопознанных летающих объектов, но никто не мог объяснить наблюдаемые эффекты, и работа зашла в тупик. В начале 80-х гг. стали возникать отдельные любительские группы по изучению НЛО. Они рассчитывали, что государство выделит хоть какие-то средства на исследования, но оно не поддержало подобное начинание, и группы распались. Остался только «Космопоиск». Это название придумал известный писатель-фантаст Александр Казанцев, в 20-е гг. расследовавший тайну Тунгусского метеорита. Александр Петрович — почетный глава объединения.

Вскоре мы поняли, что продолжать нашу деятельность можно только с помощью энтузиастов. Бросили клич — и к нам устремились тысячи людей, причем не только с разных концов Советского Союза, но и из-за рубежа. Они хотели работать в экспедициях, исследовать загадочные, необъяснимые феномены. Сейчас в «Космопоиск» входит 73 группы, которые работают в разных регионах страны.

— Чем же в основном вам приходится заниматься?

— Мы организуем экспедиции по поиску метеоритов. Выезжаем на места, где, согласно информации, добытой из какого-либо источника, упало космическое тело. Ищем осколки, устраиваем массовое прочесывание леса, ведем масштабные раскопки. Но цель экспедиций — не только поиск метеоритов, нас интересуют еще и НЛО. Иногда действительно находим странные объекты. Происхожде-

ние объединения «Космопоиск» Дмитрий Чмиль. Он же произвел замеры вросшего в землю объекта. То, что сначала Дмитрий принял за странной формы камень, оказалось металлическим образованием.

Там побывало несколько экспедиций, удалось получить образец сплава, из которого состоит диск. Извлечь из земли сам объект пока невозможно — он весит не менее тонны.

Анализ сплава показал, что он состоит из железа, кремния и некоторых других элементов. Самое интересное — анало-

мол, проводили некий технологический эксперимент, а «результаты» его по какой-то причине решили не уничтожать, а закопать. Но место, где нашли диск, расположено на значительном расстоянии от населенных пунктов, и дорог там нет. Интересно, кто повезет отходы в такую даль? Радиация в зоне объекта полностью отсутствует.

Кстати, судя по толщине металлического слоя, под-

Самые известные аномальные зоны, где мы побывали, — это Гора Мертвецов на Северном Урале, Медведицкая гряда в Нижнем Поволжье, Кубанский треугольник, Новохоперская зона, Аральское море с прилегающими островами, Могильный мыс в Томской области. Только на территории России имеются три Долины Смерти. Не

деленных местах. Скоро очередная экспедиция отправится на юг России, туда, где, по расчетам наших исследователей, должен образоваться следующий круг. Хотим за этим проследить...

— Знаю, что помимо поиска аномальных объектов вы очень серьезно исследуете свойства времени и даже работаете вместе с коллегами над проектом самой настоящей машины для перемещений во времени...

— Да, это так. Мы в конструкторском бюро при МАИ построили уже четыре такие установки, провели множество экспериментов. Есть среди них и удачные. Сейчас мы можем гарантированно замедлять и ускорять время на доли секунды и искривлять его в других измерениях. По нашему представлению, у времени три измерения. Мы обычно воспринимаем лишь одно из них.

— Ученые долго считали, что изобрести машину времени практически нереально. А каков принцип действия ваших установок?

— Мы изучали воздействие разных физических процессов на время. Оказалось, что вращение способно менять его ход. Вблизи вращающегося тела пространство и время слегка искривляются. Но мы в лаборатории вращаем не объекты, а физические поля. Наши машины синхронно излучают сходящиеся электромагнитные волны.

— Вы проводите опыты на живых существах?

— Пока мы помещали в установку только мелких грызунов. Сначала все подопытные особи погибали, сейчас они остаются живы. Планируем в дальнейшем использовать более крупных животных — собак, кошек. Если эти эксперименты пройдут успешно, начнем ставить их на людях-добровольцах.

— Известны случаи, когда люди попадают в другое измерение спонтанно, не используя никаких вспомогательных средств. Возможно ли, по-вашему, такое?

— Многие из этих эпизодов вполне достоверны, но причины феномена пока не изучены. Нам удалось доказать, что на изменение хода времени влияют скорость вращения или масса вращаемого тела. Сверхскоростное вращение мы наблюдаем, например, в торнадо, природу которого нельзя объяснить с точки зрения классической физики.

Точки искривления времени...

ВАДИМ ЧЕРНОБРОВ:

«НЛО — это...»

посчитанный глава объединения. Вскоре мы поняли, что продолжать нашу деятельность можно только с помощью энтузиастов. Бросили клич — и к нам устремились тысячи людей, причем не только с разных концов Советского Союза, но и из-за рубежа. Они хотели работать в экспедициях, исследовать загадочные, необъяснимые феномены. Сейчас в «Космопоиск» входит 73 группы, которые работают в разных регионах страны.

— Чем же в основном вам приходится заниматься?

— Мы организуем экспедиции по поиску метеоритов. Выезжаем на места, где, согласно информации, добытой из какого-либо источника, упало космическое тело. Ищем осколки, устраиваем массовое прочесывание леса, ведем масштабные раскопки. Но цель экспедиций — не только поиск метеоритов, нас интересуют еще и НЛО. Иногда действительно находим странные обломки, происхождение которых специалисты не могут определить.

Так, в Волгоградской, Калужской областях, в Ставропольском крае нам удалось обнаружить фрагменты высокотехнологичных изделий, по всей вероятности, упавших с неба. Всего мы нашли около 10 таких фрагментов. Например, токопровод, которому 2,5 тыс. лет, а ведь электричества в те времена на Земле не было...

Бывает, сведения о падении НЛО не подтверждаются. Фальшивкой оказалась и информация об авариях «тарелок» на Ставрополье, под Троицком, в Калужской области, в районе Химок, на юге Волгоградской области, под Элистой. Около 2 лет назад неожиданно поднялась шумиха по поводу того, что неподалеку от поселка Березовский под Екатеринбургом якобы потерпел крушение НЛО. Как выяснилось впоследствии, это был военный самолет.

Порой на страницах газет можно встретить и обыкновенные выдумки об НЛО. Мы тщательно проверяли такие сведения, выезжали туда, где якобы имело место аномальное явление. Рыли там землю, производили замеры радиационного фона, а в результате — ничего. Авторам подобных «уток» никогда и в голову не приходит, какие трудности они создают исследователям!

— Можете рассказать о наиболее интересных находках?

— Вот, к примеру, в прошлом году в 100 км от Москвы был найден металлический диск диаметром около 120 см и высотой около 50 см. Обнаружил его в лесу

гичный объект обнаружен на территории Британии. У «английского» диска точно такие же параметры, тот же химический состав сплава. Там существует древняя легенда, что таинственный камень когда-то прилетел с неба.

В России также бытует немало легенд о камнях, обладающих магической силой. Это знаменитый Синь-камень в Ярославской области, Синий камень под Волгоградом. Во время гражданской войны белогвардейцы до последнего держали оборону вокруг Синего камня, являвшегося, по поверью, оберегом Российской империи. Мы обследовали его, предположив, что это метеорит, однако в Комитете по метеоритам нашу гипотезу не подтвердили.

Хотя камни состоят из земных металлов, в таком сочетании эти металлы на Земле не встречаются, поэтому камни, скорее всего, имеют искусственное происхождение.

Впрочем, это вовсе не значит, что объект прилетел с другой планеты. Относительно диска в подмосковном лесу была выдвинута вполне земная, хотя, на мой взгляд, и довольно сомнительная гипотеза:

вергшегося коррозии, в земле диск лежит уже десятки лет...

Недавно небольшая экспедиция ездила в Курскую область. Там местные жители обнаружили загадочный металлический предмет, якобы тоже упавший с неба. В ближайшее время я отдам его на экспертизу.

— Насколько я поняла, вы обследуете и аномальные зоны?

— Само понятие «аномальная зона» неоднозначно. Такие места есть в каждом районе. Другое дело, что не всегда находятся люди, способные зону «раскрутить». Чаще всего это охотно делают журналисты, как и произошло в свое время со знаменитым М-ским треугольником. Кстати, мы и вправду наблюдали там странные явления, например звуковые миражи. Я сам слышал шум невидимого автомобиля, якобы ехавшего по дороге.

Есть такой хутор Марс, возле которого все время разбиваются машины. Когда-то там хоронили погибших немецких военнопленных. В местах массовых захоронений вообще часто происходит всякая чертовщина.

ВАДИМ ЧЕРНОБРОВ:

«НЛО — ВСЕГО ЛИШЬ ЧАСТЬ ЦЕЛОГО!»

ку только мелкие грызунов. Сначала все подопытные особи погибали, сейчас они остаются живы. Планируем в дальнейшем использовать более крупных животных — собак, кошек. Если эти эксперименты пройдут успешно, начнем ставить их на людях-добровольцах.

— Известны случаи, когда люди попадают в другое измерение спонтанно, не используя никаких вспомогательных средств. Возможно ли, по-вашему, такое?

Многие из этих аномальных феноменов пока не изучены. Нам удалось доказать, что на изменение хода времени влияют скорость вращения или масса вращаемого тела. Сверхскоростное вращение мы наблюдаем, например, в торнадо, природу которого нельзя объяснить с точки зрения классической физики.

Точки искривления времени обычно появляются вблизи поворотов больших рек. Но координаты их непостоянны, это «блуждающие пятна», возможно, подчиняющиеся

каким-то законам пульсации. Если в такой точке случайно окажется человек, он и в самом деле может попасть в иное измерение. Но при обследовании данной зоны нередко бывает и так: эффект исчезает —

«пятно» сдвигается.

Проще пояснить это таким образом. Параллельные плоскости способны пересекаться лишь в одной точке. Как попасть в параллельный мир? Либо искать эту «дыру», либо искривить пространство и время в нужной нам точке. Этим мы и занимаемся.

— А сами вы наблюдали хрональные феномены?

— На Медведицкой гряде во время солнечного затмения наши хронометры ушли вперед на целых пять часов. Я специально взял с собой несколько штук (для чистоты эксперимента) — эффект всегда был один и тот же. Иногда и в быту часы отстают или спешат по необъяснимой причине, а мы не обращаем на это внимания.

— Какова же, по-вашему, природа изучаемых вами аномалий? Связаны ли они между собой?

— Полагаю, что многие из них — призраки, «летающие тарелки» — являются всего лишь проекциями неких многомерных объектов в наш мир. Не случайно НЛО часто меняет свою форму на глазах очевидцев. Возможно, мы замечаем лишь отдельные фрагменты единого целого.

Беседу вела
Ирина ШЛИОНСКАЯ



Август завершает фенологическое лето живой природы. Название месяца пришло к нам из Рима через Византию и дано в честь римского императора Августа, в переводе с латинского означает «Возвеличенный богами». По древнеперсидской мифологии этому месяцу соответствовал ангел Амуртат, покровитель растительного мира, который мог зажечь творческий огонь в человеке.

1 августа. Две планеты — Солнце и Сатурн — находятся в разрушительных градусах, поэтому все долгосрочные программы и важные дела лучше отложить на другие дни. Луна в знаке Козерога располагает к эмоциональной скрытности, внутреннему аскетизму.

Показано лечение легких, дыхательные упражнения. Противопоказано посещение зубного врача.

2 августа. Рекомендуется заключать браки и священные союзы, но со второй половины дня. Все денежно-финансовые мероприятия следует перенести на другие дни. Хорошо готовить лекарства и настойки.

Рекомендуются процедуры, связанные с лечением желудка. Показаны операции на желудке, лечение гастритов, язвенных болезней. Не следует обращаться к знахарям по поводу вправления костей и лечения позвоночника.

3 августа. Хорошо начинать судебные процессы по восстановлению справедливости. Этот день благоприятствует не руководителям, а подчиненным, начальникам лучше умерить свои амбиции. Любое нарушение договора сегодня может повлечь большие неприятности.

Показаны все водные процедуры и закаливания. Постарайтесь отложить все операции на суставах, лечение артритов, не проводить воздушных процедур.

4 августа. Сегодня полнолуние. Луна максимально освобождается от влияния Солнца, человек в большей степени ощущает влияние астрального мира, но существует опасность не-

гативного воздействия на психику. Ночью возможны вещие сны и откровения.

Следует опасаться болезней нервной системы, органов зрения, обмороков, истерических припадков. День опасен для диабетиков. Не рекомендуется есть капусту, лук и яйца. Показано больше работы задавать сердечно-сосудистой системе, разгонять кровь.

5 августа. День веселья, отдыха, развлечений. Хорошо проводить спортивные мероприятия, ходить в гости, дарить подарки, отмечать праздники. Сексуальные контакты благоприятны после 23 часов, когда сменится лунный день.

Рекомендуются кровоочистительные процедуры. Нежелательно употреблять в пищу грибы и зернобобовые.

6 августа. Не рекомендуются социальные контакты, посвятите сегодняшний день семье, занятиям по дому или индивидуальной работе. Не следует давать никаких клятв и обещаний. Это день памяти предков, постарайтесь вспомнить все хорошее о них, а все плохое им простить.

Не рекомендуется пить много жидкости (особенно спиртного). Операции и процедуры на печени и ногах желательны перенести на другой день. Показано лечение биоэнергетическими методами.

7 августа. День активных мероприятий. Постарайтесь сегодня рассчитаться с долгами. Следует в любых начинаниях идти до конца, постарайтесь избавиться от страхов и сомнений. Не рекомендуется много есть и спать.

На период 1.08 - 15.08

Возможна повышенная восприимчивость ко всем инфекционным заболеваниям. Остерегайтесь травм стопы и голеностопного сустава. Противопоказаны массаж ног, водные процедуры, лекарственные препараты.

8 августа. Не рекомендуется проводить сегодняшний день в одиночестве, удача будет сопутствовать лишь в коллективных делах. Луна переходит в знак Овна — чувствительность к любым резким и экстремаль-

ным ситуациям, предрасположен к...

...остям в оценке...
...названием...
...ражением...

9 августа. День принятия резких, неподготовленных решений. Все планы могут реализоваться с точностью до наоборот. Постарайтесь больше прислушиваться к своему внутреннему голосу, нежели к чьим-то советам. Хорошо посетить баню.

Не рекомендуется напрягать зрение, старайтесь поменьше читать, показаны пост и голодание.

10 августа. День активности в социальных вопросах, можно проводить важные мероприятия, совещания, подписывать различные документы. Не рекомендуется начинать бракоразводные процессы. Сегодня старайтесь не покупать новых вещей.

Хорошо заниматься приготовлением лекарств, только не жидких. К наиболее уязвимой части тела относятся тазобедренный сустав и нижняя часть позвоночника.

11 августа. День критический. Старайтесь не поддаваться на провокации, соблюдайте строгость в желаниях, конфликтные ситуации сегодня могут привести к тяжелым эмоциональным срывам. Показана любая ручная работа. Хорошо травить насекомых. Избегайте темных помещений. Уязвимы горло, щитовидная железа и эндокринная система. Особое внимание уделите питанию, старай-

тесь соблюдать режим, некачественная пища может вызвать нежелательные последствия.

12 августа. Любые авантюрные действия сегодня нежелательны. Лучше не начинать ничего нового и не отправляться в дальнюю дорогу. Уделите больше внимания дому, семье и детям. Хорошо помириться с врагами и отдавать долги.

Следует опасаться заболеваний легких, бронхов, грудной клетки, возможны неврастгические боли в руках.

13 августа. Хорошо подписывать серьезные финансовые бумаги, приглашать гостей, отправляться в командировку. Супругам следует надеть обручальные кольца — сегодня они будут как обереги. Сувениры, подаренные сегодня, особенно желанны и могут принести много радости.

Противопоказаны все процедуры, связанные с дыхательными упражнениями, т.к. легкие очень уязвимы. Следует избегать контактов со свинцом. Показана баня с сухим паром.

14 августа. Благоприятны поездки и путешествия, хорошо находиться на природе. Больше контактируйте с другими людьми; новые знакомства, завязанные сегодня, в дальнейшем могут перерасти в крепкую дружбу. Не лучшее время для возделывания земли.

Старайтесь избегать запыленных помещений, возможна сильная реакция на загрязненность воздуха, желательно ограничивать себя в курении. Операции на легких и бронхах лучше перенести на другие дни. Показано принимать лекарства, разгоняющие кровь и рекомендованные для печени.

15 августа. День хорош для завершения старых дел. Не рекомендуется отправляться в дальние поездки. Хорошо начинать строительство дома.

Операции, особенно на желудке, если будет возможность, лучше перенести на другой день. Противопоказано употребление спиртных напитков и химических препаратов.



«Мизери»

(Misery), США, 1990, 107 мин. Режиссер Роб Райнер. В ролях: Джеймс Каан, Кэти Бэйтс — «Оскар» за лучшую женскую главную роль, Ричард Фарнсуэрт, Лорен Бэколл. Психологический триллер с элементами мистики.

Это один из тех фильмов, которые зритель во что бы то ни стало хочет досмотреть до конца, сопереживая героям. Точнее, герою — модному писателю (Каан), который написал очередной бестселлер в величии...

ВИДЕОСАЛОН

«Красная планета»

(Red Planet), США, 2000, 102 мин.

«Вторая жизнь»

(Deuxième Vie), Франция, 2000, 97 мин. Режиссер Патрик Брауде. В ролях: Мария Де Медейрас, Тьерри Лермитт, Гад Эльмазек, Даниэль Руссо, Изабель Канделье. Фантастическая комедия.

Вэнсану 30 лет, но он так и не научился принимать решения. Надо ли ему жениться на своей подруге? Начать ли...

1860 1861 1862 1863 1864 1865 1866 1867 1868 1869 1870 1871 1872 1873 1874 1875 1876 1877 1878 1879 1880 1881 1882 1883 1884 1885 1886 1887 1888 1889 1890 1891 1892 1893 1894 1895 1896 1897 1898 1899 1900 1901 1902 1903 1904 1905 1906 1907 1908 1909 1910 1911 1912 1913 1914 1915 1916 1917 1918 1919 1920 1921 1922 1923 1924 1925 1926 1927 1928 1929 1930 1931 1932 1933 1934 1935 1936 1937 1938 1939 1940 1941 1942 1943 1944 1945 1946 1947 1948 1949 1950 1951 1952 1953 1954 1955 1956 1957 1958 1959 1960 1961 1962 1963 1964 1965 1966 1967 1968 1969 1970 1971 1972 1973 1974 1975 1976 1977 1978 1979 1980 1981 1982 1983 1984 1985 1986 1987 1988 1989 1990 1991 1992 1993 1994 1995 1996 1997 1998 1999 2000 2001 2002 2003 2004 2005 2006 2007 2008 2009 2010 2011 2012 2013 2014 2015 2016 2017 2018 2019 2020 2021 2022 2023 2024 2025 2026 2027 2028 2029 2030 2031 2032 2033 2034 2035 2036 2037 2038 2039 2040 2041 2042 2043 2044 2045 2046 2047 2048 2049 2050 2051 2052 2053 2054 2055 2056 2057 2058 2059 2060 2061 2062 2063 2064 2065 2066 2067 2068 2069 2070 2071 2072 2073 2074 2075 2076 2077 2078 2079 2080 2081 2082 2083 2084 2085 2086 2087 2088 2089 2090 2091 2092 2093 2094 2095 2096 2097 2098 2099 2100 2101 2102 2103 2104 2105 2106 2107 2108 2109 2110 2111 2112 2113 2114 2115 2116 2117 2118 2119 2120 2121 2122 2123 2124 2125 2126 2127 2128 2129 2130 2131 2132 2133 2134 2135 2136 2137 2138 2139 2140 2141 2142 2143 2144 2145 2146 2147 2148 2149 2150 2151 2152 2153 2154 2155 2156 2157 2158 2159 2160 2161 2162 2163 2164 2165 2166 2167 2168 2169 2170 2171 2172 2173 2174 2175 2176 2177 2178 2179 2180 2181 2182 2183 2184 2185 2186 2187 2188 2189 2190 2191 2192 2193 2194 2195 2196 2197 2198 2199 2200 2201 2202 2203 2204 2205 2206 2207 2208 2209 2210 2211 2212 2213 2214 2215 2216 2217 2218 2219 2220 2221 2222 2223 2224 2225 2226 2227 2228 2229 2230 2231 2232 2233 2234 2235 2236 2237 2238 2239 2240 2241 2242 2243 2244 2245 2246 2247 2248 2249 2250 2251 2252 2253 2254 2255 2256 2257 2258 2259 2260 2261 2262 2263 2264 2265 2266 2267 2268 2269 2270 2271 2272 2273 2274 2275 2276 2277 2278 2279 2280 2281 2282 2283 2284 2285 2286 2287 2288 2289 2290 2291 2292 2293 2294 2295 2296 2297 2298 2299 2300 2301 2302 2303 2304 2305 2306 2307 2308 2309 2310 2311 2312 2313 2314 2315 2316 2317 2318 2319 2320 2321 2322 2323 2324 2325 2326 2327 2328 2329 2330 2331 2332 2333 2334 2335 2336 2337 2338 2339 2340 2341 2342 2343 2344 2345 2346 2347 2348 2349 2350 2351 2352 2353 2354 2355 2356 2357 2358 2359 2360 2361 2362 2363 2364 2365 2366 2367 2368 2369 2370 2371 2372 2373 2374 2375 2376 2377 2378 2379 2380 2381 2382 2383 2384 2385 2386 2387 2388 2389 2390 2391 2392 2393 2394 2395 2396 2397 2398 2399 2400 2401 2402 2403 2404 2405 2406 2407 2408 2409 2410 2411 2412 2413 2414 2415 2416 2417 2418 2419 2420 2421 2422 2423 2424 2425 2426 2427 2428 2429 2430 2431 2432 2433 2434 2435 2436 2437 2438 2439 2440 2441 2442 2443 2444 2445 2446 2447 2448 2449 2450 2451 2452 2453 2454 2455 2456 2457 2458 2459 2460 2461 2462 2463 2464 2465 2466 2467 2468 2469 2470 2471 2472 2473 2474 2475 2476 2477 2478 2479 2480 2481 2482 2483 2484 2485 2486 2487 2488 2489 2490 2491 2492 2493 2494 2495 2496 2497 2498 2499 2500 2501 2502 2503 2504 2505 2506 2507 2508 2509 2510 2511 2512 2513 2514 2515 2516 2517 2518 2519 2520 2521 2522 2523 2524 2525 2526 2527 2528 2529 2530 2531 2532 2533 2534 2535 2536 2537 2538 2539 2540 2541 2542 2543 2544 2545 2546 2547 2548 2549 2550 2551 2552 2553 2554 2555 2556 2557 2558 2559 2560 2561 2562 2563 2564 2565 2566 2567 2568 2569 2570 2571 2572 2573 2574 2575 2576 2577 2578 2579 2580 2581 2582 2583 2584 2585 2586 2587 2588 2589 2590 2591 2592 2593 2594 2595 2596 2597 2598 2599 2600 2601 2602 2603 2604 2605 2606 2607 2608 2609 2610 2611 2612 2613 2614 2615 2616 2617 2618 2619 2620 2621 2622 2623 2624 2625 2626 2627 2628 2629 2630 2631 2632 2633 2634 2635 2636 2637 2638 2639 2640 2641 2642 2643 2644 2645 2646 2647 2648 2649 2650 2651 2652 2653 2654 2655 2656 2657 2658 2659 2660 2661 2662 2663 2664 2665 2666 2667 2668 2669 2670 2671 2672 2673 2674 2675 2676 2677 2678

Операции, особенно на желудке, если будет возможность, лучше перенести на другой день. Противопоказано употребление спиртных напитков и химических препаратов.

СУПЕРКРОССВОРД

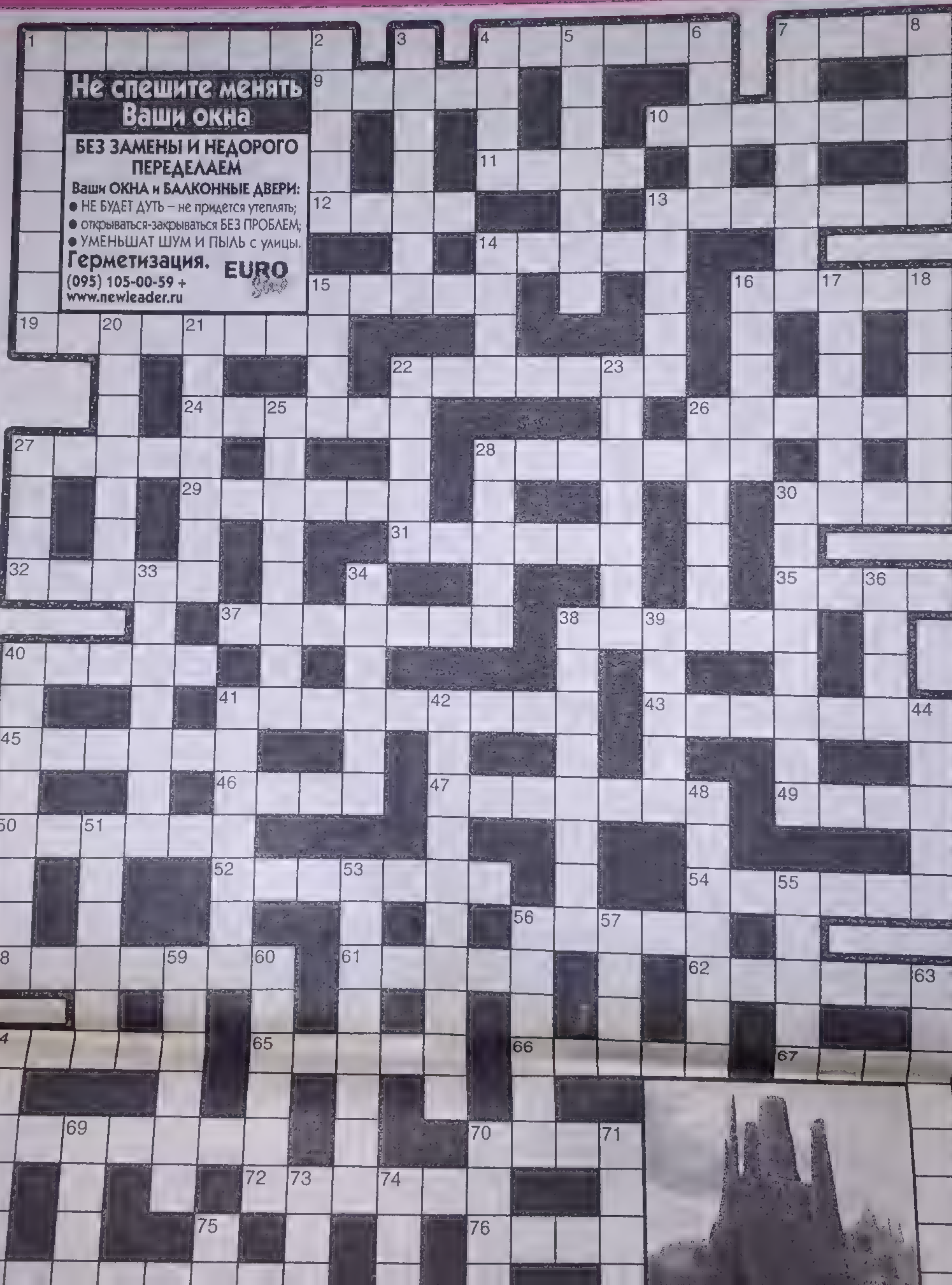
ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Младе-

нец, «потерянный» матерью под дверью чужого дома. 4. Рыба — плоская, как камбала, а дорогая, как кета. 7. Неожиданный взрыв гнева обычно уравновешенного человека. 9. Место в печи для адского пламени. 10. Штат-полуостров в США. 11. Обойный приставала. 12. Проектор, прикативший на автомобиле из Франции. 13. Праздничное песнопение в церкви. 14. Участник ночной тусовки на мотоциклах. 15. Начинка конфет «Птичье молоко». 16. Бальный танец в лошадином темпе. 19. Набор инструментов. 22. Карандашный вид искусства. 24. Киногерой, утверждавший, что вор должен сидеть в тюрьме. 26. Певец-одиночка. 27. Количество голосов, которое нужно купить кандидату, чтобы стать депутатом. 28. Шалун. 29. Дельфин, маскирующийся под носорога. 30. Жена польского господина. 31. Земноводная саламандра. 32. Тонкий прут для провинившегося седалища. 35. Футбольная команда, в которой раньше все игроки служили в армии. 37. Растущее здание. 38. Горская легенда М. Лермонтова. 40. Злак для солдатской каши. 41. Где человек превращается в пассажира? 43. Раздел в газете. 45. Стиль в декоративном искусстве, создающий уют и комфорт. 46. Дерево, листья которого служат приправой для головы победителя. 47. Различие. 49. Мини-шлюпка. 50. Деревенский магазин со скудным ассортиментом. 52. Соратник по труду. 54. Угол, определяющий местоположение небесного светила. 56. Демонстрация военными умения ходить в ногу по Красной площади. 58. Перемещение груза на собственном хребте. 61. Российский император — сын Екатерины II. 62. Казахская родственница балалайки. 64. Разновидность лопатки. 65. Стеклашки для витража на ткани. 66. Религиозный догмат. 67. Длина человека. 68. Капустный молодняк, выращенный в тепличных условиях.

78. Летняя одежда дерева. 79. Ледяной многогранник. 80. Диван в турецком стиле.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Сумерки. 2. Вид денежного наказания. 3. Чем является пословица «Береги честь смолоду» в повести А.С. Пушкина «Капитанская дочка»? 4. Палач для мук. 5. Запасной выход из трудного положения. 6. Певец, который пошел «Ва-банк». 7. Музыкальный инструмент — мучитель Паганини. 8. Безудержный лжец. 13. Деньги, пущенные в расход. 14. Тракт для судов. 15. Сиденье, не дотянувшее до кресла. 16. Звуковой сигнал, зовущий пролетариат к трудовым подвигам. 17. «Догорай, гори моя...» (песен.). 18. Штаны любого покроя. 20. Эрзац сметаны. 21. Место Емели на печи (сказ.). 22. Разноголосый птичий хор. 23. Добровольное отравление легких. 25. Комплект и белья, и мебели. 26. Пять сплетенных колец по отношению к Олимпийским играм. 27. Страна, в которую В. Жириновский рекомендует отправить послом Селезнева. 28. Незаслуженное оскорбление, которое сердце гложет. 30. Итальянская закусочная. 33. Французская провинция — родина Д'Артаньяна («Три мушкетера»). 34. Ведущий программы «Время» на ОРТ. 36. Выражение сильных эмоций голосом. 38. Наука, изучающая анатомию растений. 39. Человек кавказской национальности. 40. Оптический глаз подводной лодки. 41. Расплющенный овес. 42. Толковище на высоком уровне. 44. Схимник по своей сути. 48. Владелец волшебной лампы (сказ.). 51. Народный артист из Питера, взваливший на себя функции Г. Товстоногова. 53. Ресница ромашки. 55. Один из способов взятия крепости. 56. Трансформация. 57. Река, избранная городом Роттердамом. 59. Напиток богов и пчел. 60. Человек, превративший Ленинград в Санкт-Петербург. 63. Материк, открытый только в 1820 году. 64. Творожник. 69. Упакованное семейство поджигателей. 70. Элементарная единица измерения.

77. Элементарная единица измерения.

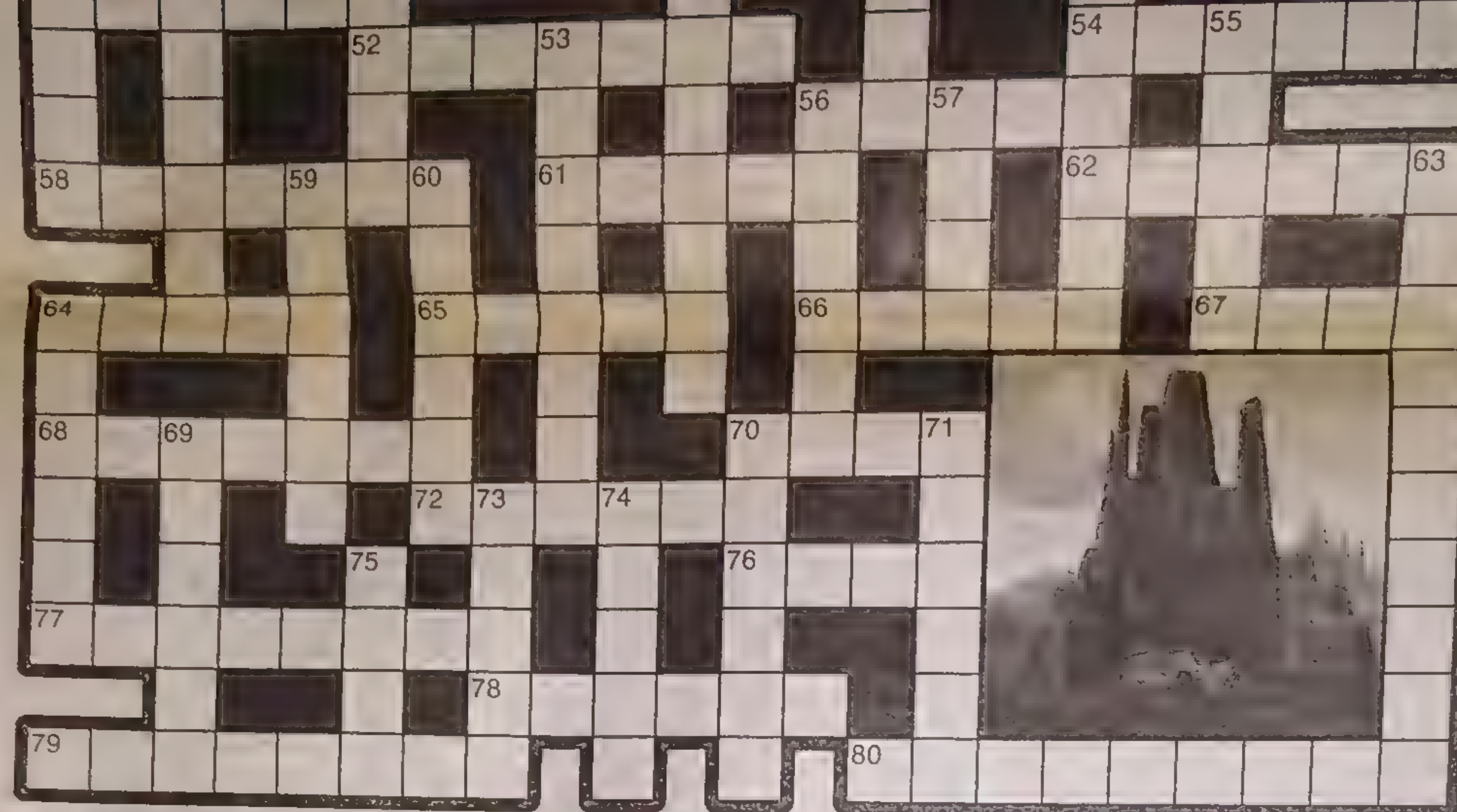


**Не спешите менять
Ваши окна**

**БЕЗ ЗАМЕНЫ И НЕДОРОГО
ПЕРЕДЕЛАЕМ**

Ваши ОКНА и БАЛКОННЫЕ ДВЕРИ:
● НЕ БУДЕТ ДУТЬ — не придется утеплять;
● открываться-закрываться БЕЗ ПРОБЛЕМ;
● УМЕНЬШАТ ШУМ и ПЫЛЬ с улицы.
Герметизация. EURO
(095) 105-00-59 +
www.newleader.ru

тья которого служат приправой для головы победителя. 47. Различие. 49. Мини-шлюпка. 50. Деревенский магазин со скудным ассортиментом. 52. Соратник по труду. 54. Угол, определяющий местоположение небесного светила. 56. Демонстрация военной умения ходить в ногу по Красной площади. 58. Перемещение груза на собственном хребте. 61. Российский император — сын Екатерины II. 62. Казахская родственница балалайки. 64. Разновидность лопатки. 65. Стеклашки для витража на ткани. 66. Религиозный догмат. 67. Длина человека. 68. Капустный молодняк, выращенный в тепличных условиях. 70. Папа, но не Римский. 72. Южное оцетинившееся растение. 76. Принятие гражданского лица на работу в военное учреждение. 77. Степень достоинства товара.



ности. 40. Оптический глаз подводной лодки. 41. Расплющенный овес. 42. Толковище на высоком уровне. 44. Схимник по своей сути. 48. Обладатель волшебной лампы (сказ.). 51. Народный артист из Питера, взваливший на себя функции Г. Товстоногова. 53. Ресница ромашки. 55. Один из способов взятия крепости. 56. Транспарант. 57. Река, избранная городом Роттердамом. 59. Напиток богов и пчел. 60. Человек, превративший Ленинград в Санкт-Петербург. 63. Материк, открытый только в 1820 году. 64. Творожник. 69. Упакованное семейство поджигателей. 70. Элементарные знания по отношению к научным открытиям. 71. Строительный материал. 73. Остров, на котором Кларе не надо красть кораллы. 74. Слова песни. 75. И чирок, и нырок.

УЧЕБНО-ПРОИЗВОДСТВЕННЫЙ ЦЕНТР работает с 1989 г.

МОСКОВСКИЙ БИЗНЕС-КОЛЛЕДЖ

Комитет образования Правительства Москвы
Свидетельство о государственной аккредитации: серия ОБ №0008813

- | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> БУХУЧЕТ + ПК БУХГАЛТЕР-СЧЕТОВОД (выдается госсвидетельство) КОМПЬЮТЕР ДЛЯ БУХГАЛТЕРА КОНСТРУКТОР-МОДЕЛЬЕР МЕНЕДЖЕР + ПК МЕНЕДЖЕР ПО ТУРИЗМУ + ПК МЕНЕДЖЕР ПО ПРОДАЖАМ + ПК КОМПЬЮТЕР ДЛЯ МЕНЕДЖЕРА СЕКРЕТАРЬ (выдается госсвидетельство) КОМПЬЮТЕР В ОФИСЕ (школьникам, студентам — скидка 10%) | <ul style="list-style-type: none"> АНГЛИЙСКИЙ ЯЗЫК (5 уровней) ПАРИКМАХЕР (выдается госсвидетельство) КОСМЕТОЛОГ-ВИЗАЖИСТ ДИЗАЙНЕР ИНТЕРЬЕРА + ПК КОМПЬЮТЕРНЫЙ ДИЗАЙН ИНТЕРЬЕРА ОФИЦИАНТ-БАРМЕН (+2 недели практики в ресторане "Мир") БАРМЕН-СОМЕЛЬЕ КЛАССИЧЕСКИЙ МАССАЖ |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

У нас ДИПЛОМ с присвоением квалификации и ГЕРБОВОЙ ПЕЧАТЬЮ.
СИСТЕМА СКИДОК. СУББОТНИЕ И ВОСКРЕСНЫЕ ГРУППЫ.
Доступные цены. СОДЕЙСТВИЕ В ТРУДОУСТРОЙСТВЕ.
ДЛЯ РАБОТОДАТЕЛЕЙ: подбор персонала (095) 205-39-83.

Адрес: м. "Краснопресненская",
М.Предтеченский пер., 1/2, каб. 22.
Тел.: (095) 205-48-71
(круглосуточно),
255-95-04, 213-73-46
(с 10 до 18 ч. по будням)



ПРИГЛАШАЕТ

розничных распространителей,
мелко- и крупнооптовых
покупателей продукции
газет
«Мир новостей»,
«Мир зазеркалья»,
«Мир садовода», «Мир кино и ТВ»
сборников
«Суперкроссворд»,
«Кроссворденок»,
«Сканворды».
Возможна доставка в регионы.
Т. (095) 917-35-04

Телефоны
рекламных
отделов:
(095) 925-44-73,
923-52-28,
281-19-85,
207-33-26,
205-39-47,
255-95-08.

Оформите суперкроссворд на стр. 7

ВНИМАНИЕ
РОЗНИЧНЫХ РАСПРОСТРАНИТЕЛЕЙ,
МЕЛКО- И КРУПНООПТОВЫХ ПОКУПАТЕЛЕЙ
ПРОДУКЦИИ ИЗДАТЕЛЬСКОГО ДОМА «МИР НОВОСТЕЙ»:
приобрести
по самым низким издательским ценам
газету «Мир зазеркалья»
вы можете по адресу
109028, Москва, Яузский бульвар, 14/8
Тел.: 916-26-31, 917-72-51, 917-35-04
Здесь же вы можете приобрести и другие наши издания:
газеты «Мир новостей», «Мир садовода», «Мир ТВ и кино»,
«Мир сканвордов», сборники «Суперкроссворды»,
«Сканворды» и «Кроссворденок».

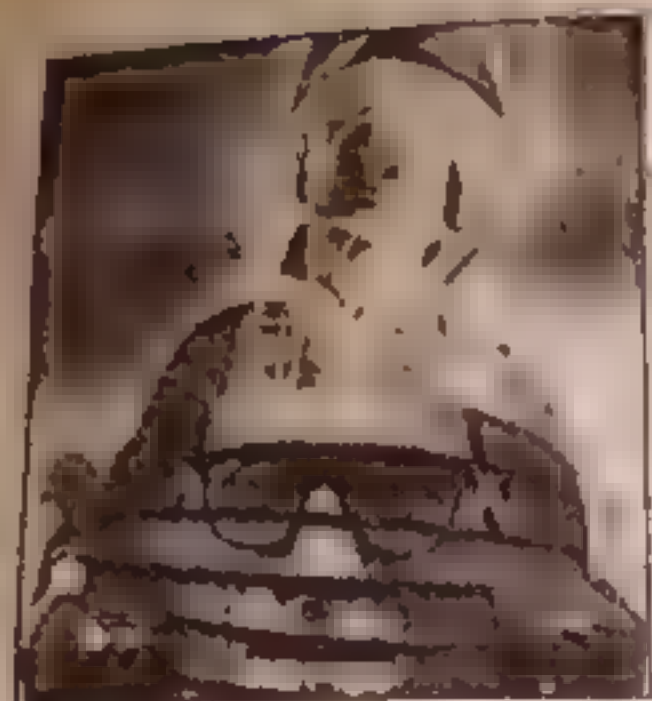
Продолжается подписка на газету
«Мир зазеркалья».
Вы можете подписаться на всей территории РФ и СНГ
в любом отделении связи по «зеленому»
Объединенному каталогу Госкомсвязи (агентство АРСМИ).
Подписной индекс 42575.

Главный редактор — Андрей ХОТЕНОВ
Зам. главного редактора — Ирина ЛЕМАНСКАЯ
Учредитель — коллектив редакции.
В номере использованы материалы
«Экстра-пресс».
Газета выходит два раза в месяц

Газета зарегистрирована
в Комитете РФ по печати.
Per. № 016585
ИД «Медиа-Пресса». Заказ № 14655
Распространение —

101000, Москва, Главпочтамт, а/я 2102.
Тел. редакции: 284-43-12
Тел. рекламного отдела: 925-64-88,
925-44-73, 925-21-08, 281-19-85, 255-95-08,
205-39-47, 207-33-26
Отдел распространения: 284-40-30, 207-30-31
Отд. общественных связей: 925-83-03

Тираж 100 тыс. экз.
За тексты и телефоны в рекламе
редакция ответственности не несет.
Рукописи не рецензируются и не возвращаются.
При перепечатке ссылка на "МЗ" обязательна.



**НОВЫЕ
УЖАСЫ
НА ВИДЕО**

Стр. 15

КРЫСЫ ЗАВОЕВЫВАЮТ МИР

Стр. 9



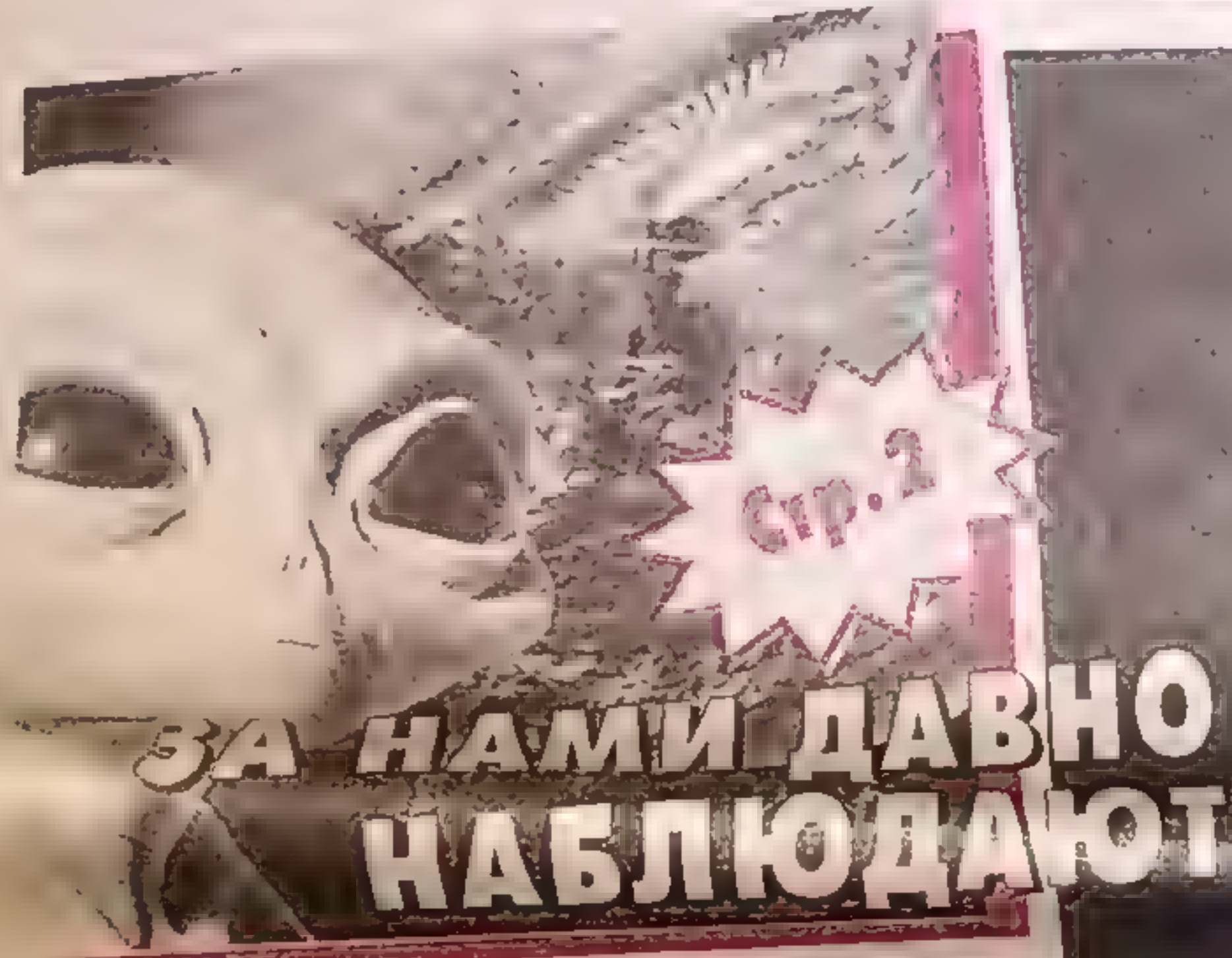
Только Мирот-нат

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ
Мир
НОВОСТЕЙ

«Мир
зазеркалья»
в 2002 году –
для вас!

Начало
подписки –
1 сентября

№19(92), сентябрь 2001 г.



Стр. 2

**ЗА НАМИ ДАВНО
НАБЛЮДАЮТ**



стр. 2

НАБЛЮДАЮТ

стр. 11

ТАЙНА
СВЕТЯЩИХСЯ БЕСТИЙ

стр. 8

ПУТЕШЕСТВИЯ
ЗА ГРАНЬЮ СНА

ВОСТОЧНО-ЕВРОПЕЙСКАЯ
УФОЛОГИЧЕСКАЯ
АССОЦИАЦИЯ

единственная в России
ассоциация
профессиональных уфологов
Приглашает к сотрудничеству
исследователей НЛО, журналистов
и очевидцев аномальных явлений.

Т. (095) 136-86-94.

Самая объективная информация об НЛО
на нашем сайте:
www.ostufo.ru и www.ostufo.narod.ru
Электронная почта: post@ostufo.ru.

стр. 10

ПРИВИДЕНИЯ
ПО-ЯПОНСКИ



В средневековье НЛО считали кознями сатаны, а в первой половине XX в. их принимали за секретное оружие противника. Так, например, в изданной после Второй мировой войны книге «Возвращение к богам» Герхард Штейнхаузен писал: «Как-то осенним днем 1944 г. была объявлена воздушная тревога. Средства ПВО обнаружили быстро приближающуюся воздушную цель на высоте 15 тыс. м. Нам было известно, что русская авиация так высоко еще не летает. Между тем цель пошла на снижение, наши зенитки открыли огонь. Снаряды 88-го калибра стали рваться в непосредственной близости от неизвестной машины, но оказалось, что она обладает фантастической скоростью. Зенитчики не верили своим глазам: 2 тыс., 3 тыс., 5 тыс. км/ч!

Когда мчащийся объект снизился до 2 тыс. м, его стали обстреливать из крупнокалиберных пулеметов. Бесполезно! Объект совершил резкий разворот и исчез без следа на глазах у 65 онемевших от удивления артиллеристов.

Подобные скорость и маневренность свидетельствуют однозначно — это был НЛО. Но кто в вермахте осенью 1944 г. мог заподозрить такое?! Поэтому тогда все решили, что это было советское секретное воздушное оружие!»

Данный эпизод не исключение. В 1942 г. генерал Джордж Маршалл, бывший в то время начальником американского Генштаба, направил президенту Рузвельту секретный рапорт (он был предан гласности в 1979 г. в книге «УФО глазами военных»).

Приведем несколько выдержек из этого документа:

«1. Не идентифицированные воздушные аппараты (совершенно не похожие на американские боевые самолеты) достигли Лос-Анджелеса, и по ним открыли огонь расчеты 37-й бригады ПВО. Было выпущено 1430 снарядов.

2. В налете приняли участие 15 объектов, которые на высотах от 9 до 18 тыс. футов двигались с разной скоростью (от очень медленной до 225 миль/час).

3. Бомбардировки и обстрелы наших наземных позиций не было.

4. Подразделения потерь не понесли.

5. Не был сбит или заметно поврежден ни один из аппаратов.

6. Наша авиация в воздух не поднималась.

7. Разведке ничего не известно об аппаратах подобного типа.

8. Мы проводим секретное расследование инцидента с привлечением прове-

Быует мнение, что неопознанными летающими объектами впервые заинтересовались американцы в конце 40-х гг. XX в.

Однако, изучая архивы, специалисты пришли к выводу, что подобные небесные феномены люди фиксировали и раньше.

ЗА НАМИ ДАВНО НАБЛЮДАЮТ

ренных экспертов. Ими высказано предвзвешенное мнение, что не идентифицированные летательные аппараты производства неких частных фирм могли быть использованы агентами вражеской разведки с целью устрашения либо обнаружения сети нашей ПВО путем побуждения ее к действию».

Естественно, генералу и его компетентным экспертам и в голову не приходило, что данные аппараты могут быть внеземного происхождения. Однако это отнюдь не начало летописи появления НЛО! «Летающие тарелки» наблюдали

еще в Древнем Риме, а в 329 г. до н. э. их видел даже Александр Македонский. Тогда их считали знамением. Из средневековья до нас также дошло немало свидетельств появления в небе таинственных «летунов», внушавших ужас.

В конце 30-х гг. XX в. англичанин Чарлз Форт выпустил книгу, в которой особое внимание уделил загадочным небесным явлениям, имевшим место в XIX в. Приведем несколько примеров из этой книги.

В 1802 г. немецкий астроном Фрич из Магдебурга наблюдал темный диск, который долгое время был хорошо виден на фоне сияющего солнца.

В 1808 г. жители Пинероло (Пьемонт) увидели над крышами домов

блестящий диск, свободно перемещавшийся в воздухе.

В мае 1823 г. астроном Узбб, находясь в окрестностях Вены, следил за парящим в небе странным блестящим предметом.

Но наиболее примечательным в этом отношении оказался год 1845-й. В марте над Лондоном летал странный объект в окружении четырех ярких звезд. Двумя месяцами позже астроном Капоцци из Неаполя сообщил о блестящих дисках, перемещавшихся с запада на восток. В июне экипаж судна «Виктория» также наблюдал полет трех блестящих «тарелок», которые в течение 10 минут кружили над судном, а затем исчезли.

Капитан британского военного корабля «Каролина» в 1839 г. направи в Адмиралтейство рапорт, где говорилось, что экипаж наблюдал в небе полет свободно движущихся «формаций» в

виде тарелок. Они были красного цвета и оставляли за собой оранжевые полосы. «Тарелки» кружили в течение двух часов. На следующий день загадочные объекты появились снова. На этот раз их наблюдали и моряки другого корабля — «Леандор», подошедшего к «Каролине».

Особое внимание автора книги привлекла история, произошедшая в 1873 г. Тогда несколько астрономов из разных стран зафиксировали «выстрел с Марса в направлении Земли снаряда с пылающим хвостом». Наблюдал это явление астрономы из Австрии, Венгрии, Силезии и Польши.

В 1887 г. в Марселе астрономы Голд и Пауэй во время затмения заметили круглый объект. Этот же предмет наблюдал экипаж британского корабля «Сибериан».

Осталась невыясненной и причина странной истории, случившейся в феврале 1897 г. в испанской столице. Над городом, высоко в небе, произошел сильный взрыв и появилось огромное сверкающее облако. В результате вылетели стекла в окнах многих домов, в Мадриде поднялась паника.

В 1901 г. моряки судна «Килуа» наблюдали в небе большой вращающийся круг. В июле 1907 г. жители Барлинга (Англия) заметили несущуюся над городом огромную «торпеду», оставившую в небе огненный след. В 1929 г. команда парохода «Голдуотер» видела на горизонте блестящее тело, летевшее со скоростью не менее 150 миль/час.

Едва ли стоит вспоминать историю наблюдений небесных феноменов во второй половине XX в. — об этом и так написано предостаточно. Официально принято объяснять все непонятные явления над нашими головами оптическими иллюзиями, световыми эффектами, различными миражами, а чаще всего — галлюцинациями людей с возбужденной психикой. Иными словами, принимаются любые варианты объяснений, кроме того, что НЛО существуют на самом деле. А может быть, в столь категоричном отрицании «летающих тарелок» что-то есть? Дескать, у бедных землян от всевозможных проблем и так голова идет кругом, зачем же им еще такие страшилки, как НЛО? Если вспомнить, некогда отрицали и то, что Земля круглая...

Виктор ФЕДОРОВ

СПРАЗУ ВОСЕМЬ

менно такое количество

Давай
шихся в
ниях о к
особенно
следы ос
сознании

Многие

танты (т.е.
мнению, п
переживаю
рянного вр
исчезает на
дней жизни
время сеан
ноза удаетс
но происход
период. Одн
остаются че
тые пятна и
ругических
припухлые
кругов, треу
лее сложны
гур или. нао
ны на коже,
венные мелк
торые иссле
эти вматны
ской биопсии
живой ткани
которые оста
ветряной осп
янно их расче
ная разница
том, что у абд
объяснимые ш
одновременно: про
утру — и вот они
тения». И нет ни
струпьев. На эт
кто из уфологов
предположение
на коже возни
применения пр
цинского лазер
кровь. Но, во
гипнозом под
абдуктатов
рых, тактик
массового
более хар
мых случаев
готового скот
но никак не ч
похищают, что
проделяют
Или даже не по
на время «выкл
С легкой руки
монда Фаулера
ные после та
кожные дефект
вать «визитным
пришельцев.

Любопытно, ч
вателей существ
воположные
инопланетных
тают, что гр
тут исконно
некие мистиче

ком американского Генштаба правил президенту Рузвельту секретный рапорт (он был признан гласности в 1979 г. в книге «УФО глазами военных»).

Приведем несколько выдержек из этого документа:

1. Не идентифицированные воздушные аппараты (совершенно не похожие на американские боевые самолеты) достигли Лос-Анджелеса, и по ним открыли огонь расчеты 37-й бригады ПВО. Было выпущено 1430 снарядов.

2. В налете приняли участие 15 объектов, которые летели от 9 до 18 км. Скорость движения составляла 225 миль/час.

3. Бомбардировки и обстрелы наших наземных позиций не было.

4. Подразделения потерь не понесли.

5. Не был сбит или заметно поврежден ни один из аппаратов.

6. Наша авиация в воздух не поднималась.

НАБЛЮДАЮЩИЕ

еще в Древнем Риме а в 323 г. до н. э. Юлиан, римский философ

считал «летающими тарелками» их считали знаменами. Из средневековья до нас также дошло немало свидетельств появления в небе таинственных «летунов», внушавших ужас.

В конце 30-х гг. XX в. англичанин Чарльз Форт выпустил книгу, в которой особое внимание уделено загадочным небесным явлениям, имевшим место в XIX в. Приведем несколько примеров из этой книги.

В 1802 г. немецкий астроном Фрич из Магдебурга наблюдал темный диск, который долгое время был хорошо виден на фоне сияющего солнца.

В 1808 г. жители Пинероло (Пьемонт) увидели над крышами домов

блестящий диск, свободно перемещавшийся в воздухе.

В мае 1823 г. астроном Узоо находясь в окрестностях Вены, следил за парциальным затмением Солнца.

Но наиболее примечательным является описание явления, произошедшего в 1845 г. в Пинероло. В этот день там был страшный туман и в окружении четырех ярких звезд. Двумя месяцами позже астроном Капоцци из Неаполя сообщил о блестящих дисках, перемещавшихся с запада на восток. В июне экипаж судна «Виктория» также наблюдал полет трех блестящих «тарелок», которые в течение 10 минут кружили над судном, а затем исчезли.

Капитан британского военного корабля «Каролина» в 1839 г. направили в Адмиралтейство рапорт, где говорилось, что экипаж наблюдал в небе полет свободно движущихся «формаций» в

менее 150 миль/час. Если ли стоит вспоминать историю наблюдений небесных феноменов во второй половине XX в. — об этом и так написано предостаточно. Официально признано объяснение все непонятные явления над нашими головами оптическими иллюзиями, световыми эффектами, различными выражениями, а также возмущенной психикой. Иными словами, это всего лишь продукт человеческого воображения. А может быть, в столь категоричном отрицании «летающих тарелок» что-то есть? Дескать, у бедных землян от всевозможных проблем и так голова идет кругом, зачем же им еще такие страшные как НЛО? Если вспомнить, некогда отрицали и то, что Земля круглая.

Виктор ФЕДОРОВ

СРАЗУ ВОСЕМЬ НЛО!

Уменно такое количество светящихся объектов следовавших за орбитальной станцией, однажды довелось наблюдать известному космонавту, дважды Герою Советского Союза Г. М. Гречко.

— Я счел необходимым предупредить об этом своих коллег, заступающих на дежурство по станции после нас, — рассказывал сам Георгий Михайлович.

— Мы знаем, что ты нас разыгрываешь, — рассмеялись космонавты.

— Я же вас не убеждаю, что это именно «летающие тарелки», — продолжал настаивать Гречко, — просто предупреждаю не пугайтесь, это явление абсолютно безобидное.

Конечно, возникает неприятное ощущение, когда видишь некие объекты, которые тебя не атакуют, но и не отстают. А если такое преследование растягивается на тысячи километров, становится как-то не по себе.

И когда такая ситуация действительно возникла, космонавтам было не до веселья. Они сообщили в ЦУП о случившемся и даже хотели рассмотреть НЛО в бинокль, но не успели: объекты уже исчезли.

Случай тем не менее был в то время в обществе большой резонанс. Слухи о непонятном явлении дошли до главного конструктора и стали известны даже членам Политбюро.

— Однако в действительности эти объекты запустили мы сами, — сознался Гречко. — Те НЛО по существу были частичками внешнего покрова станции, своего рода мусо-

ром, болтавшимся где-то в метре от иллюминатора. Но в космосе очень трудно вычислить расстояние и, следовательно, размеры объекта. И когда эти крупинки в лучах солнца вдруг становились багрово-красными, зрелище получалось весьма впечатляющее.

Когда же возникает вопрос, существуют ли пришельцы на самом деле, я вспоминаю об Эрике фон Дэникене, — продолжал свой рассказ Г. М. Гречко. — Мне довелось как-то раз поговорить с ним. На мой вопрос, верит ли он во все это, фон Дэникен тут же ответил: «Да, конечно», но потом посмотрел на меня внимательно и лукаво улыбнулся. «А может, они и не прилетали...»

Во всяком случае эти сомнения вовсе не мешали ему зарабатывать на своих публикациях около 35 млн. швейцарских франков.

Так что всегда тщательно проверяйте достоверность той или иной информации, — сказал в заключение Г. М. Гречко. — Лично я ни в какие «летающие тарелки» не верю.

Подготовил
Станислав СЛАВИН



«ЗРЕЗАННЫЕ» РАЙСЫ над базой ВВС

Уникальную запись переговоров пилотов истребителей «F-106», пытавшихся атаковать НЛО над базой Эдвардс 7 октября 1965 г. можно приобрести в американском штате Нью-Джерси. Тогда в воздушное пространство базы вторглись 12 сферических НЛО!

Возбужденные голоса пилотов на пленке свидетельствуют об объектах, двигающихся со скоростью намного превышающей скорость истребителей. Перехват завершился полным провалом: НЛО ушли целыми и невредимыми. Запись переговоров пилотов многие годы хранилась в архивах ВВС США и ныне стала достоянием общественности.

8 марта 1967 г. в штате Канзас около 9 часов вечера группа молодых людей из города Говарда (их машина стояла на шоссе северо-западнее города) внезапно увидела в небе над резервуарами городского водопровода вращающиеся красные, белые и голубые огни, которые перемещались в сторону Бис-Виргиллия. Молодые люди вызвали начальника полицейского участка города берега реки освещались радужным светом, когда таинственный объект преследовала объект, который продолжал лететь прежним курсом, пока не исчез из виду.

В тот же день, только чуть раньше, несколько полицейских в городе Марион (также штат Канзас) наблюдали НЛО. Стерлинг Фрем, дежурный, рассматривая объект в бинокль, утверждал, что тот меняет цвет с красного на зеленый и желтый. «Все, кто был вместе со мной, тоже видели это, потому ни о каких галлюцинациях и речи быть не может», — сказал блюститель порядка.

9 марта 1967 г. Ричард Хелленд из Стивенсвилла (США, штат Монтана) заявил, что в среду в 20 часов 20 минут видел летящий круглый объект, который выбросил три огненных шара, прежде чем исчезнуть. Вообще 1965, 1966, 1967, 1968-е были самыми «урожайными» по наблюдениям НЛО, причем наиболее активно этот феномен проявлял себя в 65-м и 67-м. Причины подобного поведения гостей из космоса до сих пор остаются загадкой для уфологов.



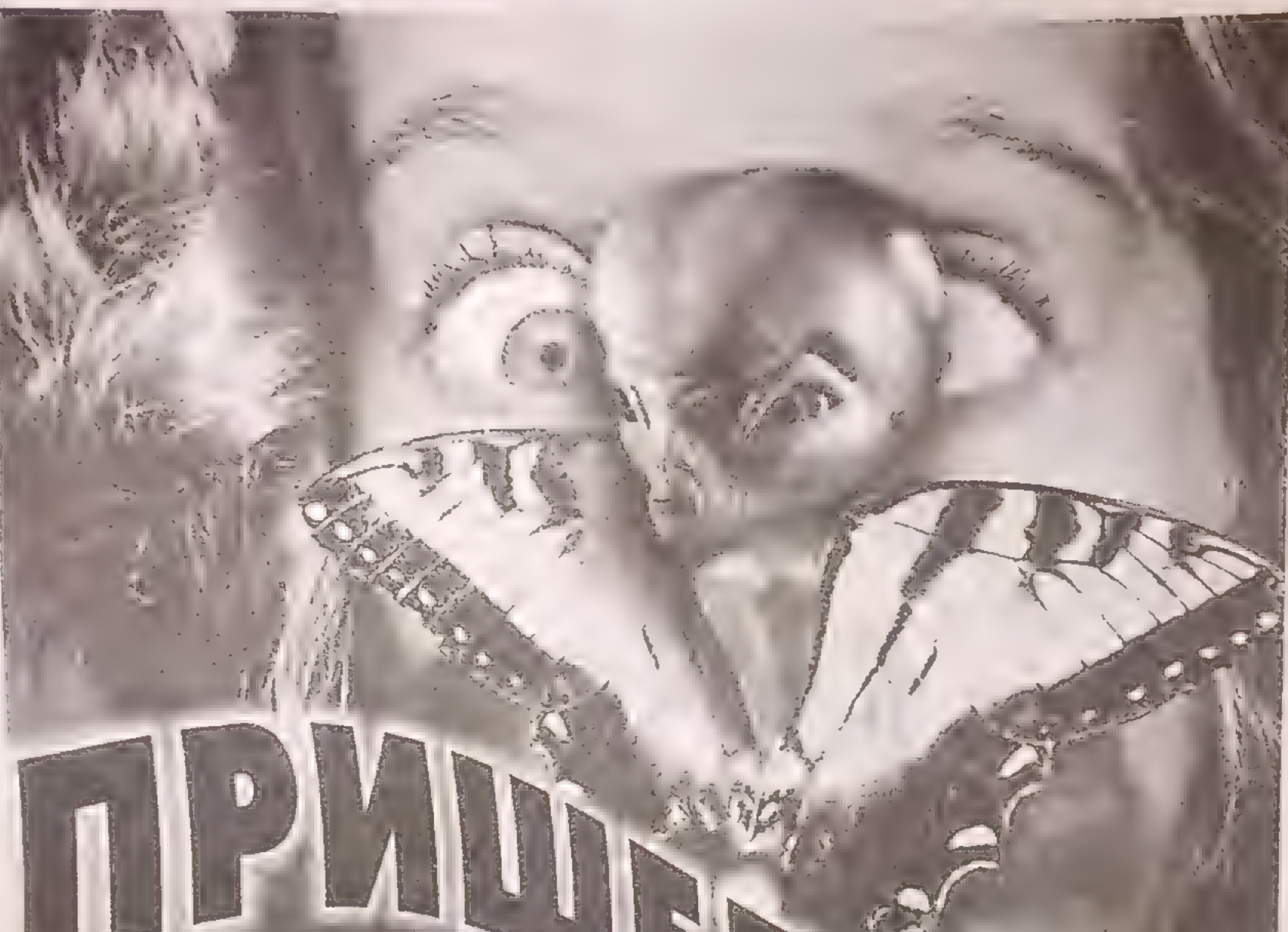
«ВИЗИТНЫЕ КАРТОЧКИ»

Давайте вспомним о появившихся в последние годы сообщениях о контактах с пришельцами, особенно о похищениях. Какие следы оставляют эти контакты в сознании и на теле человека?

Многие так называемые абдуктанты (т.е. люди, которых, по их мнению, похищали инопланетяне) переживают некий феномен потерянного времени — из их памяти исчезает несколько часов, а то и дней жизни. Зачастую лишь во время сеанса регрессивного гипноза удается установить, что именно происходило с человеком в этот период. Однако на теле абдуктанта остаются четкие следы: красноватые пятна или сыпь, шрамы от хирургических разрезов, царапины, припухлые образования в виде кругов, треугольников и даже более сложных геометрических фигур или, наоборот, какие-то вмятины на коже, иной раз — множественные мелкие углубления. Некоторые исследователи сравнивают эти вмятины со следами медицинской биопсии (иссечения кусочка живой ткани) или со шрамами, которые остаются у ребенка после ветряной оспы, если малыш постоянно их расчесывает. Существенная разница состоит, однако, в том, что у абдуктантов такие необъяснимые шрамы появляются в одночасье: проснулся однажды утром — и вот они, новые «приобретения». И нет ни следов крови, ни струпьев. На этом основании кое-кто из уфологов высказывал даже предположение, что такие следы на коже возникают вследствие применения пришельцами медицинского лазера, коагулирующего кровь. Но, во-первых, даже под гипнозом подтверждений этого от абдуктантов не получено, а во-вторых, тактика применения лазера, массового изъятия органов и крови более характерна для необъяснимых случаев гибели крупного рогатого скота и иных животных, но никак не человека. Человека похищают, что-то такое с ним проделывают и возвращают. Или даже не похищают, а лишь на время «выключают».

С легкой руки уфолога Раймонда Фаулера приобретенные после таких контактов кожные дефекты стали называть «визитными карточками».

Собойно, что среди исследо-



ПРИШЕЛЬЦЫ — НАСЕКОМЫЕ?

Человеку присуща своего рода мания величия. Он полагает, что нет ни одного биологического вида, превосходящего *Homo sapiens* по уровню интеллекта. А если на других планетах и есть разумная жизнь, то она должна быть более-менее похожа на нашу. Мы считаем, что пришельцы тем разумнее, чем больше их сходство с нами. Но, с точки зрения некоторых исследователей, это представление об интеллектуальной иерархии не столь уж бесспорно. Не исключено, что имеет право на жизнь и гипотеза, идущая вразрез с ныне принятой в уфологии концепцией

ни пище- вода, ни же- лудка, вообще никакого подобия пищеварительно- го тракта. Это настолько удивило просвещенную публику, что возникли сомнения: не фальшивка ли все эти сообщения и тем более фильм о вскрытии пришельца? Наше сознание не хочет смириться с тем, что разумные суще-

вре- мя косми- ческих вояжей вдали от Земли материал для клонирования и клоны, из которых опять же делают клонов, могут генетически деградировать, и им требуется доброкачественное пополнение, так сказать, приток свежей крови. Некоторые абдуктанты, кстати, и в самом деле рассказывают, что видели на кораблях-матках и подземных базах многочисленные емкости, в которых

сков, на животе — ничего, хотя бы отдаленно напоминающего пупок. Не видать и гениталий, по которым можно было бы предположить, как же эти существа размножаются. Ягодицы тоже не обозначены — все плоско. Волосы покрыва в большинстве случаев тоже нет нигде. На каком же основании мы так упорно ищем сходства этих нелепых серобурых существ с млекопитающими? Только потому, что внешне они слегка напоминают человека? Чем? Тем, что у них есть голова, две верхние и две нижние конечности?

Однако энтомолог, и не без оснований, мог бы предположить, что это прямоходящее насекомое. Уфолог скорее подумает, что это андроид или не известная нам форма космической жизни. Но в любом случае существа выглядят поразительно однотипными, словно сделаны на конвейере. Они бесстрастны и совершают некие повторяющиеся коллективные действия, подчиняясь строгой дисциплине, не в состоянии принимать индивидуальные решения. Все это подозрительно напоминает иерархические сообщества термитов, пчел и иных земных насекомых.

РАДИ КОГО СТАРАЮТСЯ?

В стане уфологов немало сторонников весьма благодушной точки зрения на происходящее. Мол, космиты несут нам просвещение, высокие технологии, усовершенствование нашего биологического вида. С их большой головой мы станем на порядок умнее, заживем, как в раю.

Но как-то очень уж трудно поверить, что все эти похищения, факты насилия, беременности с изъятием плода, бесчеловечные медицинские обследования и пугающие опыты (в том числе и над детьми!), шрамы и иные следы хирургического вмешательства плюс тысячи голов загубленного скота — и все исключительно из филантропических, гуманных побуждений. Даже если допустить, что серьезные пришельцы не настроены враждебно по отношению к нам, а их неприятная, бесстрастная, сугубо клиническая манера поведения диктуется суровой необходимостью, то и в этом случае нельзя сбрасывать со счетов травмирующее воздействие, которое оказывают их опыты на человеческую психику. Нам придется все-таки задуматься: оправдан ли наш оптимизм? Разве не лучше

кто из офологов высказывал даже предположение, что такие следы на коже возникают вследствие применения прищельцами медицинского лазера, коагулирующего кровь. Но, во-первых, даже под гипнозом подтверждений этого отрывка тактика применения лазера, массового изъятия органов и крови более характерна для необъяснимых случаев гибели крупного рогатого скота и иных животных, но никак не человека. Человека похищают, что-то такое с ним проделывают и возвращают. Или даже не похищают, а лишь на время «выключают».

С легкой руки уфолога Раймонда Фаулера приобретенные после таких контактов кожные дефекты стали называть «визитными карточками» прищельцев.

Любопытно, что среди исследователей существуют прямо противоположные точки зрения на цель инопланетных контактов. Одни считают, что прищельцы занимаются тут исключительно наукой: ведут некие исследования, в том числе экологические, биологические, генетические. Может, ради нашего же блага. Другие уфологи — и не без основания — полагают, что отношение прищельцев к нам носит чисто потребительский характер, точнее, паразитический. Они просто прилетают в чужой улей, чтобы тут пожить, а нас рассматривают лишь как источник пропитания и не более. Есть ли в этом резон?

ЧТО-ТО ЗНАКОМОЕ

Вспомним, как питается обычная муха. Она садится на поверхность продукта, смачивает небольшой его участок своей слюной, под влиянием которой еда превращается в полужидкую массу, после чего втягивает пищу хоботком или вылизывает. Так питается большинство насекомых. По этой причине им не требуются крепкие челюсти и зубы, которые могли бы резать, перетирать или пережевывать пищу. Выручает жало или иное подобное приспособление в виде трубочки. Такая «технология» позволяет не свернувшись, а свежей кровью жертвы. Согласно, подобный способ поглощения питательных веществ имеет свои преимущества, но невольно вызывает ассоциации с «визитными карточками» прищельцев: не этим ли объясняются мелкие углубления на теле абдуктантов? Что если таким же «мушино-комариным» способом изымается ткань из-под верхнего слоя кожи человека?

НАСЕКОМЫЕ?

Человеку присуще своего рода мания величия. Он полагает, что нет ни одного биологического вида, превосходящего Homo sapiens по уровню интеллекта. А если на других планетах и есть разумная жизнь, то она должна быть более-менее похожа на нашу. Мы считаем, что прищельцы тем разумнее, чем больше их сходство с нами. Но, с точки зрения некоторых исследователей, это представление об интеллектуальной иерархии не столь уж бесспорно. Не исключено, что имеет право на жизнь и гипотеза, идущая вразрез с ныне принятой в уфологии концепцией о гуманоидном (и гуманном) характере инопланетных контактов.

Конечно, сама мысль об этом нам просто-таки претит. И это представители сверхразума? Какая гадость! Но если все же такое допустить, станет понятным, что некоторые части тела человека и животных могут казаться «потребителям» более привлекательными и аппетитными, нежели другие, своего рода деликатесом. На трупах многочисленных животных, загубленных неизвестно кем и почему, находят следы аккуратной, с хирургической точностью вырезанных органов. В их числе обычно глаза, уши, губы, язык, органы внутренней секреции, почти всегда гениалии. Если допустить, что скот и мелких животных (а иногда и людей) уничтожают таким варварским способом именно прищельцы, то остается предположить лишь одно: они потому и вырезают (а не выгрызают, не выкусывают) эти участки тела, что утратили соответствующие физиологические атрибуты охоты, т.е. мощные челюсти и клыки, или никогда их не имели. Если, скажем, они не млекопитающие, а насекомые!

Сведения о физиологии прищельцев, которые появляются на страницах уфологических изданий, стоят того, чтобы их проанализировать с этой точки зрения. Так, например, на месте катастрофы НЛО в Розуэлле (1947 г.) и в некоторых других местах были обнаружены трупы энтомофоров. И что же? Рот прищельцев оказался всего лишь кармашком, мешочком, выстланным изнутри тонкой слизистый оболочкой. Не нашли ни зубов,

ни пищевода, ни желудка, вообще никакого подобия пищеварительного тракта. Это настолько удивило просвещенную публику, что возникли сомнения: не фальшивка ли все эти сообщения и тем более фильм о вскрытии прищельца? Наше сознание не хочет смириться с тем, что разумные существа могут до такой степени быть на нас не похожими!

А ведь если рассуждать теоретически, то рот в виде кармашка вполне может служить именно пищеварительной полостью для жидкости и фрагментов полужидкой пищи, которая здесь обрабатывается ферментами, абсорбируется слизистой и затем поступает в кровь (или то, что ее заменяет). Таким именно образом это существо и питается.

В своей недавней статье в журнале «Аптекар персепшен» (№ 52, 2001) М.Г. Грэбер упоминает одно из уфологических собраний, на котором девочка рассказала присутствующим о многочисленных похищениях прищельцами ее и матери. Она упомянула и о беременности, и об изъятии плода, и о многом другом. Но она еще добавила, что прищельцы являются сюда именно ради еды! Уфологи, конечно же, не обратили особого внимания на эти слова: мало ли что может придумать ребенок! Видимо, и на этот раз было забыто, что устами младенца глаголет истина.

ЧЕЙ ИНТЕЛЛЕКТ ВКУСНЕЕ?

Что если прищельцы заинтересованы в млекопитающих (в т.ч. и человеке) лишь как источнике питательных веществ? Перед дальними космическими перелетами они пополняют свои запасы, собирая «урожай» всевозможных органов. Не потому ли истребление скота носит циклический характер? Или, может, они поднаторели в клонировании тканей и органических жидкостей, так что исходный материал им нужен лишь периодически? За

время космических вояжей вдали от Земли материал для клонирования и клоны, из которых опять же делают клонов, могут генетически деградировать, и им требуется доброкачественное пополнение, так сказать, приток свежей крови. Некоторые абдуктанты, кстати, и в самом деле рассказывают, что видели на кораблях-матках и подземных базах многочисленные емкости, в которых хранятся развивающиеся зародыши или плавают части тела. Не исключено, что наша Земля может использоваться как своего рода питомник, где гибриды и клоны (т.е. живые поставщики продукции) содержатся где-то под землей, абдуктанты нужны лишь для восполнения тканевой культуры, а животные — как бесплатный гастроном. Если допустить, что это предположение верно, становится понятным и многое другое, например странный, казалось бы, отбор абдуктантов.

Многие высокомудрые земляне потому и относятся к этим вопросам весьма скептически, что чувствуют себя чуть ли не оскорбленными: почему «летающие тарелки» навешиваются, скажем, к сторожу на бахче или слесарю-водопроводчику, а не к маститому ученому с мировым именем? О чем беседовать с простодушным дядей Васей? Что он знает о земной цивилизации? Но сколь бы оскорбительно это ни звучало для человеческого уха, комару, в принципе, безразлично, чью кровь пить — Альберта Эйнштейна или прачки Фроси. Или бычка, овечки, зайчика, кошки. Какая разница? Завтрак есть завтрак! То же и для инсектоидов. На интеллект им глубоко наплевать. Они регулярно наводят свою жертву под покровом ночи, оставляя на ее теле странные мелкие вмятины...

ЧТО В НИХ ОТ НАС?

А давайте и в самом деле задумаемся: с какой стати мы решили, что они тоже гуманоиды? Как он выглядит, типичный прищелец? Тонкий и хилый конечности, более чем изысканный корпус (а что там носить, если нет ни желудка, ни кишечника, ни печени?). На груди — никаких со-

стоянием на порядок умнее, чем, как в раю. Но как-то очень уж трудно поверить, что все эти похищения, факты насилия, беременности с изъятием плода, бесчеловечные медицинские обследования и пугающие опыты (в том числе и над детьми!), шрамы и иные следы хирургического вмешательства плюс тысячи голов загубленного скота — и вся исключительная философия, гуманизм, поощрение. Даже если действительно что-то серые пришельцы не настроены враждебно по отношению к нам, а их неприятная, бесстрастная, сугубо клиническая манера поведения диктуется суровой необходимостью, то и в этом случае нельзя сбрасывать со счетов травмирующее воздействие, которое оказывают их опыты на виве, которое оказывают их опыты на человеческую психику. Нам придется все-таки задуматься: оправдан ли наш оптимизм? Разумно ли ожидать гуманности от насекомоподобных существ? Не угодили ли мы корове на лугу, покорно сносящей укусы слепней и оводов? Но корова ведь и не ожидает от них ничего иного. В отличие от нас.

ЧТО ТАМ, ВПЕРЕДИ?

К счастью, наиболее серьезные исследователи не отмахиваются от «нестандартных» версий. Один из таких людей — университетский профессор истории, доктор наук Дэвид М. Джекобс. Он уже давно проникся мыслью о реальности жутковатого феномена похищений и написал об этом много статей и книг.

В своей книге «Угроза» Джекобс ссылается на свидетельства сотен людей, подвергшихся похищениям. Некоторые абдуктанты рассказывают о виденных ими «инкубаторах», «детских комнатах» для гибридов и т.п. Джекобс считает, что именно «разведение» гибридов и является главной задачей инопланетян на Земле, причем это мнение разделяют и другие авторитетные уфологи, в том числе известный специалист по абдукциям Бад Хопкинс. А кое-кто предполагает даже, что человекоподобные гибриды уже живут среди нас. По их мнению, когда инопланетяне завершат свою программу гибридизации, а стало быть, и «обновления» человечества (или себя?), на Земле сложится новая иерархия разумных существ.

Конечно, ко всему сказанному Джекобсом, Хопкинсом, Фаулером, Грэбером и прочими можно относиться как угодно, даже с юмором. Но мы ведь уже не раз воспринимали очевидное именно как невероятное, а потом удивлялись: как же мы могли этого не видеть?..

Светлана АНИНА



Двое рецидивистов, решивших ограбить богатую, но плохо охраняемую квартиру в Москве, и не предполагали, с чем им предстоит столкнуться в жилище скромной старушки... То, что они увидели там, оказалось куда страшнее, чем тюрьма и зона...

Константин Р. и Леонид Г. с 15 лет скитались по тюрьмам и колониям — сидели за мелкие кражи, в основном из магазинов. В отличие от других преступников, этим парням фатально не везло — едва только удавалось сорвать более-менее приличный куш, как они тут же попадались.

Выйдя на свободу по амнистии, бывшие ээки решили держаться вместе и отправились в Москву, где для начала отметили свое освобождение в недорогом кафе. Искать работу они, разумеется, не собирались.

— Молодые люди, помогите, что-то мне плохо! Вызовите «скорую», пожалуйста!

К стенке кафе, из которого они только что вышли, обессилив, прислонилась маленькая старушка в потрепанной одежде.

Приятеля переглянулись. Они хотели было пройти мимо, но бабка звала на помощь, а никого из прохожих поблизости, как нарочно, не оказалось. Старушка же продолжала жалобно просить:

— Помогите, сыночки! Я вам заплачу!

— Да что с тебя, бабка, взять! — буркнул Костя и кинулся к ближайшему таксофону звонить в «скорую».

Минут через пятнадцать подъехала машина с красным крестом. Когда дюжие санитары укладывали старушку на носилки, она сунула Леониду в руку какую-то бумажку:

— Вот вам, сынки, за заботу! Дай Бог вам счастья и здоровья! Только одна просьба: позвоните по телефону (она назвала номер) внуку моему. Максиму, скажите — бабушку в больницу забрали. Пусть посетит меня!

Носилки исчезли в машине, санитары зашлепали, и «скорая» уехала. Леонид и Константин остались в кафе, почесав затылки.

ловна обменяла на рубли три тысячи долларов...

Несколько минут приятели не могли вымолвить ни слова.

Потом Леонид процедил:

— Ну бабка!

Судя по указанному в паспорте адресу, Евдокия Михайловна проживала совсем недалеко. Колдовский замок на двери подъезда был сломан, и грабители беспрепятственно проникли в дом. На звонки никто не ответил, и тогда Леонид извлек из кармана набор отмычек. Минут через десять замок открылся, и молодые люди вошли в квартиру.

Скромная меблировка открыто контрастировала с большим телевизором «Шарп» и видеомагнитофоном той же фирмы в углу комнаты.

— Тут точно должны быть деньги!

— Леонид принялся деловито по-

МАГИЯ ПРОТИВ ГРАБИТЕЛЕЙ

— Да, неплохо! — заметил Леонид. — Откуда у бабки такие деньги?

— Может, дети или внуки богатые?

— А нам какая разница? Да пусть у нее хоть сам черт в спонсорах ходит!

Внезапно в комнате стало темно, хотя на улице стоял солнечный день. Приятеля повернулись к окну, но ничего не увидели. Сплошная чернота. Ни света, ни огня. И даже шум городской улицы был не слышен.

— Что это?

— Не знаю!

ся в него, но вместо этого он ощутил, будто невидимые плиты сжали тело со всех сторон и какая-то сила перевернула его в горизонтальное положение. И вдруг до него дошло, что он лежит в гробу! Значит, его похоронили заживо, и он скоро задохнется...

Неожиданно Костя вспомнил слова молитвы, слышанные когда-то в детстве

от бабушки. Слова, словно сами собой, всплывали в сознании, наполняясь неуловимым прежде смыслом: «И избави нас от лукавого...»

В тот же миг дышать стало легче. Костя узнал комнату старухи. Вот шкаф,

диван... и неподвижное тело товарища на полу. Неужели он мертв? Константин пощупал пульс — нет, Леонид, похоже, был в обмороке.

«С ним же, наверное, происходит то же самое, что было со мной! — догадался Константин. — Но я-то молитву прочел, а он, видимо, нет. Что же теперь делать? Может, бросить его здесь и уйти одному? Деньги-то есть!»

Он извлек из кармана несколько купюр и ахнул: вместо денег в его руках оказались куски нарезанной бумаги. В панике Константин открыл сумку, достал ржавую шкатулку, щелкнул замком... В шкатулке лежали какие-то гнутые железки. Драгоценностей не было и в помине.

Ужас охватил незадачливого на-

откуда, судя по всему, ему уже не выбраться.

И тут в памяти всплыли какие-то цифры. «Телефон внука!» — обрадовался Константин. Рука сама потянулась к стоявшему на столике аппарату и набрала номер.

— Можно Максима?

— Слушаю! — отозвался мужской голос.

— Извините, но я нахожусь в квартире вашей бабушки. Она в больнице с сердечным приступом. Приезжайте срочно!

Константин не знал, сколько времени он просидел на диване в комнате старухи, не в силах сдвинуться с места. Наконец в замке зашевелился ключ, затем в комнату вошел мужчина — очевидно, тот самый Максим.

— Так-так! Значит, ограбление опять не удалось? Не в первый раз ведь на квартиру моей бабули покушаются! Да только зря старались. Надо знать, к кому идти. Ладно, сейчас милицию вызовем, и дело с концом.

Леонид очнулся только тогда, когда оперативник надел на него наручники. Он сел и безумным взглядом окинул комнату:

— Боже! Где я?

Позже, уже в машине, он поведал Константину о своих приключениях. Впрочем, произошло с ним то же самое, что и с его приятелем, но, в отличие от последнего, он, очутившись в гробу, потерял сознание от удушья...

Неожиданно в разговор задержанных вмешался один из конвоиров.

— Мы ведь уже третий раз в эту квартиру выезжаем, — сказал он. — Говорят, тут колдунья живет. Посетители к ней ходят, дорого берет, в валюте. Деньжата у нее водятся, да и золотишко тоже. Жулье узнает об этом и лезет пожить, а она как-то умеет свой дом защищать. Мы недавно мужика везли, так он весь трясся от ужаса. Говорит, вошел в квартиру, а там на него сначала какое-то чудовище напасть хотело, потом в гроб его кто-то положил. Когда он из гроба вылез и убежать решил, так дверь пропала... Да еще деньги, что он с собой забрал, в бумагу превратились, а золото — в железки. А бабка-то при нас все вещи осматривала — ценности на месте оказались. Не знаю, верить ему или нет? С вами

только что вышли, обессилев, слонилась маленькая старушка в потрепанной одежде.

Приятели переглянулись. Они хотели было пройти мимо, но бабка звала на помощь, а никого из прохожих поблизости, как нарочно, не оказалось. Старушка же продолжала жалобно просить:

— Помогите, сыночки! Я вам заплачу!

— Да что с тебя, бабка, взять! — буркнул Костя и кинулся к ближайшему таксофону звонить в «скорую».

Минут через пятнадцать подъехала машина с красным крестом. Когда дюжие санитары укладывали старушку на носилки, она сунула Леониду в руку какую-то бумажку.

— Вот вам, сынки, за заботу! Дай Бог вам счастья и здоровья! Только одна просьба: позвоните по телефону (она назвала номер) внуку моему, Максиму, скажите — бабушку в больницу забрали. Пусть навестит меня!

Носилки исчезли в машине, дверцы захлопнулись, и «скорая», визжа сиреной, помчалась по московским улицам. Леонид ошарашенно взирал на зеленую бумажку в своей руке. Десятидолларовая купюра!

Константин между тем нагнулся и поднял с асфальта рыжеватый старомодный ридикюль.

— Старуха забыла!

Денег внутри не оказалось, зато там лежал паспорт на имя Евдокии Михайловны Д., а в нем обнаружилась справка из обменного пункта. Из нее следовало, что не далее как сегодня Евдокия Михай-

ловна обменяла на рубли три тысячи долларов...

Несколько минут приятели не могли вымолвить ни слова.

Потом Леонид процедил:

— Ну бабка!

Судя по указанному в паспорте адресу, Евдокия Михайловна проживала совсем недалеко. Кодовый замок на двери подъезда был сломан, и грабители беспрепятственно проникли в дом. На звонки никто не ответил, и тогда Леонид извлек из кармана набор отмычек. Минут через десять замок открылся, и молодые люди вошли в квартиру.

Скромная меблировка открыто контрастировала с большим телевизором «Шарп» и видеоманитофоном той же фирмы в углу комнаты.

— Тут точно должны быть деньги!

— Леонид принялся деловито потрошить ящики старинного комода.

В первом же ящике он наткнулся на громоздкую шкатулку и, с трудом приподняв крышку — из-за заедавшего замочка, едва не ослеп от блеска. В шкатулке лежали золотые украшения и бриллианты... Через секунду она исчезла на дне объемистой сумки...

В следующем ящике была найдена пачка долларов. Пересчитали — ровно 13 тысяч. Разделив деньги на две равные части, подельники рассовали купюры по карманам.

ГРАБИТЕЛЕИ

— Да, неплохо!

— заметил Леонид.

— Откуда у бабки такие

деньги?

— Может, дети или вну-

ки богатые?

— А нам какая разница? Да пусть у нее хоть сам черт в спонсорах ходит!

Внезапно в комнате стало темно, хотя на улице стоял солнечный день. Приятели повернулись к окну, но ничего не увидели. Сплошная чернота. Ни света, ни огня. И даже шум городской улицы был не слышен.

— Что это?

— Не знаю!

Темнота постепенно сгущалась, и вот уже грабители не могли различить даже очертаний друг друга.

— Ленчик, ты где? — позвал Константин, но ответа не последовало.

Внезапно какая-то тень стала надвигаться на него из темноты.

Удивительно, но он видел ее, хотя кругом по-прежнему царила крошечная тьма. Ноздрей коснулось чье-то зловонное дыхание. Он закричал, но из горла вырвался лишь сдавленный хрип...

Константин ждал, что неведомая тварь вцепит-

бави нас от лукавого...»

В тот же миг дышать стало легче. Костя узнал комнату старухи. Вот шкаф,

диван... и неподвижное тело товарища на полу. Неужели он мертв? Константин пощупал пульс — нет, Леонид, похоже, был в обмороке.

«С ним же, наверное, происходит то же самое, что было со мной! — догадался Константин. — Но я-то молитву прочел, а он, видимо, нет. Что же теперь делать? Может, бросить его здесь и уйти одному? Деньги-то есть!»

Он извлек из кармана несколько купюр и ахнул: вместо денег в его руках оказались куски нарезанной бумаги. В панике Константин открыл сумку, достал ржавую шкатулку, щелкнул замком... В шкатулке лежали какие-то гнутые железки. Драгоценностей не было и в помине.

Ужас охватил незадачливого налетчика. Забыв обо всем на свете, в том числе и о бездыханном товарище, он бросился в прихожую и замер на месте: перед ним была огромная зала с множеством входных дверей.

Константин метнулся к одной из них, но наткнулся на стену. Оказалось, что дверь лишь мерещилась ему. Он попробовал открыть другую — то же самое. Выхода не было. Несчастный грабитель понял, что угодил в ловушку.

очутившись в гробу, потерял сознание от удушья...

Неожиданно в разговор задержанных вмешался один из конвоиров.

— Мы ведь уже третий раз в эту квартиру выезжаем, — сказал он. — Говорят, тут колдунья живет. Посетители к ней ходят, денег берет, в валюте. Деньжата у нее водятся, да и золотишко тоже. Жулье узнает об этом и лезет поживиться, а она как-то умеет спой дом навести. Мы недавно мужика штурмили, так он пось трясся от ужаса. Говорит, вошел в квартиру, а там на него сначала какое-то чудовище напасть хотело, потом в гроб его кто-то положил. Когда он из гроба вылез и убежать решил, так дверь пропала... Да еще деньги, что он с собой забрал, в бумагу превратились, а золото — в железки. А бабка-то при нас все вещи осматривала — ценности на месте оказались. Не знаю, верить ему или нет? С вами-то что было? Молодые парни вроде, а волосы седые...

— Ничего, — ответил Константин, ему не хотелось рассказывать о пержитом кошмаре.

Леонид тоже молчал. За всю дорогу до отделения милиции больше никто не проронил ни слова.

Ирина ШЛИОНСКАЯ

МОЗАИКА

ЗАГАДОЧНОЕ ОЗЕРО

Ученые длительное время исследовали тибетское озеро Друцо, которое местные жители считают волшебным. Дело в том, что вода в озере каждые 12 лет становится попеременно то пресной, то соленой, однако причину таких изменений выяснить не удалось.

БАРОМЕТР МИКЕЛАНДЖЕЛО

Жители итальянской столицы гораздо больше доверяют старинному римскому барометру, чем сводкам метеорологов. Таким барометром римляне считают фрески Микеланджело в Сикстинской капелле в Ватикане. Если фрески темнеют, надо ждать дождей с грозами, когда же они, наоборот, сверкают во всем своем великолепии, то, даже не смотря на облачное небо, дождя все равно не будет. Римляне убеждены: фрески никогда не ошибаются.

КОСМИЧЕСКИЕ АЛМАЗЫ

Не так давно американский физик Мервик Росс сделал сенсационное заявление. По его мнению, блестящие поверхности Урана и Нептуна — это не замерзшие аммиак и метан, а россыпи алмазов. Росс вычислил, что специфические условия (очень высокие давление и температура), могли превратить атмосферный углерод в алмазы. К гипотезе этого ученого специалисты отнеслись скептически. Правоту Росса может подтвердить только посещение этих планет человеком или обследование их космическими зондами.

Письма наших читателей

П одарил мне как-то знакомый экстра-сенса биорамку — изогнутую под углом проволоку с кольцом на конце, вращающуюся в деревянной ручке.

— Мысленным взором смотри в центр кольца и задавай вопрос, — напутствовал меня маг.

Живу я в Подмоскowie, на опушке леса. Рядом начинается малинник. В то лето на ягоду был неурожай. Взял я как-то биорамку в лес и спрашиваю:

— Где малина?

Проволока покрутилась вокруг оси и остановилась. Я отправился в указанном направлении и очень быстро нашел куст, густо усыпанный сочной ягодой. Обобрава куст, я снова обратился за советом к биорамке, и она опять указала верную дорогу.

В тот день я набрал целую банку первоклассной малины, в то



время как все соседи вернулись из леса с пустыми руками.

С тех пор биорамка лежит у меня на письменном столе. Иногда я беру ее в руку и, например, спрашиваю: «Где телевизор?» Показывает точно. «Дверь где?» Показывает. «Книжный шкаф?» Показывает... И ни разу моя биорамка не ошиблась!

БИОРАМКА ЗНАЕТ ВСЕ

А тут вдруг случилось у нас несчастье: выпала из окна и погибла наша любимица — кошечка Муся. Это было добрейшее и деликатнейшее существо — за пять лет она не поймала ни одной мышки, ни одной птички, ни одного мотылька. Хищнические инстинкты у нее отсутствовали напрочь. Мы очень горевали.

На девятый день, повинуясь какому-то неосознанному желанию, взял я биорамку и вдруг спросил:

— Где сейчас Муся?

Рамка сделала несколько оборотов вокруг оси и замерла. Она показывала на лес. В том направлении, где я похоронил кошечку.

— Ладно, — говорю. — А где она погибла?

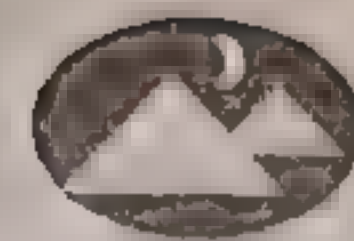
Рамка покрутилась и показала кольцом за окно. На то место, где погибла Муся!

И тут я задал вопрос, который, пожалуй, не стоило задавать:

— А где сейчас ее душа?

Рамка сделала четверть оборота и указала на мое сердце...

М.А., Московская обл.



Мальчика, который появился на свет 5 октября 1728 г. в семье юриста Луи Демона де Бомона, назвали довольно странно — Шарль Женестье Луи-за Августа Андре Тимоти... Может, с момента рождения ему было предназначено стать наполовину женщиной, ведь из шести дарованных ему имен три оказались женскими?

В юности, однако, никто не сомневался в том, что Шарль мужчина. Молодой человек с изящной фигурой и утонченными чертами лица в 20 лет окончил колледж Мазарини в Париже, получил диплом и стал адвокатом в парламенте. Много времени он уделял своему физическому развитию, научился прекрасно фехтовать и практически не отличался от своих сверстников, если не считать его довольно странной воздержанности в отношениях с прекрасным полом.

Шло время, и симпатичный талантливый юноша привлек внимание принца Конти, который создавал для Людовика XV секретную королевскую службу для выполнения весьма деликатных миссий. В тот момент значительно осложнились контакты между Россией и Францией, вплоть до разрыва дипломатических отношений, и Шарль Женестье д'Эон де Бомон должен был попытаться заключить новый альянс между странами, всячески препятствуя намечавшемуся англо-русскому союзу.

Любопытно, что с этой же целью в Россию в 1755 г. направлялся и второй агент — шотландский дворянин, шевалье Дуглас. Он ехал под видом английского аристократа, намеревающегося, согласно предписаниям врачей, поправить в Санкт-Петербурге свое здоровье... Видимо, климат в городе на Неве, как никакой другой, подходил для его ослабленных легких...

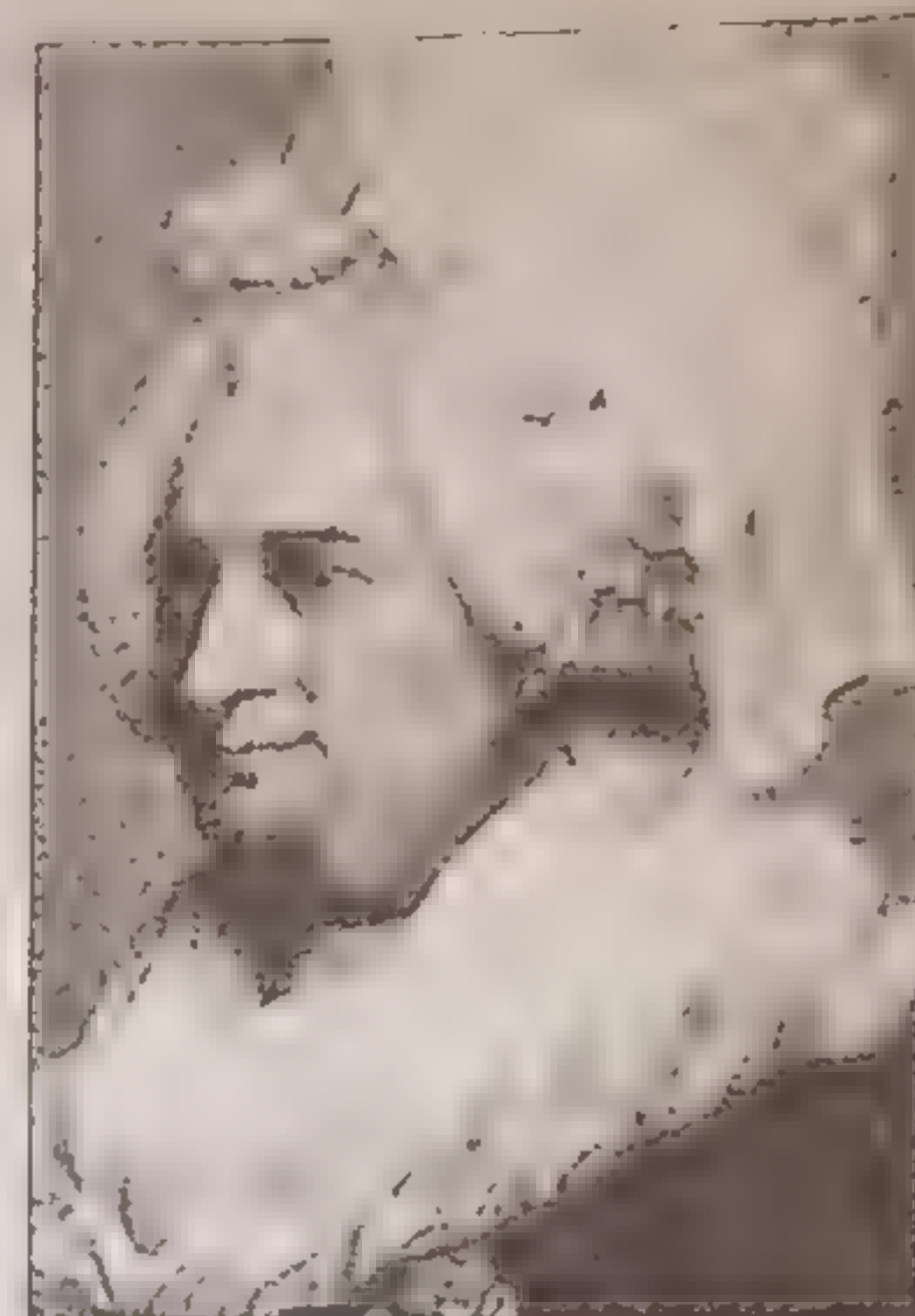
Конечно, имея такую смехотворную легенду, Дуглас с самого начала своей миссии был обречен на провал.

Д'Эон отправился в северную столицу в необычном обличье. Конти долго вглядывался в его красивое лицо с тонкими и нежными чертами и неожиданно предложил новоявленному шпиону надеть женское платье... Шарль облачился в непривычный наряд и, на удивление, почувствовал себя в нем довольно комфортно. Агенту в грубе выписали документы на имя



Таким д'Эона изображали в 1777 г. в одном из британских журналов

В истории разведки этот необыкновенный человек навсегда останется загадкой, которую оказалось не под силу разгадать ни его современникам, ни исследователям его шпионских походов. Даже великий сердцеед Казанова так и не смог разобраться, кем был знаменитый шпион Людовика XV — мужчиной или женщиной...



Бодрая старушка, которая оказалась мужчиной

ШПИОН В... ЮБКЕ



На этой гравюре знаменитый шпион в переднике франкмасона

эта очаровательная девица является мужчиной.

Агенты регулярно отправляли под видом невинных лисем заурядного купца свои донесения во Францию. Наконец настало время, когда закрепившийся при дворе д'Эон решил передать Елизавете послание Людовика, которое он привез с собой. Конечно, при этом царица узнала об обмане с переодеванием, однако она не рассердилась. Возможно, свою роль тут сыграло то обстоятельство, что Елизавета сама любила переодеваться в мужскую одежду.

Итак, миссия Дугласа и д'Эона успешно завершилась: Елизавета написала ответное письмо Людовику, отношения между странами стали налаживаться. Французский король был очень доволен работой своих агентов, оставалось только закрепить достигнутый успех, и в 1756 г. Дугласа и д'Эона снова направили в Россию. На этот раз Шарль поехал в

входила и разведывательная деятельность. Французский посол был в восторге от своего помощника: Шарлю удалось скопировать очень ценные документы британского министра, пока их хозяин дегустировал вина в компании посла.

Возможно, с карьерой д'Эона не возникло бы никаких проблем, если бы всецелой фаворитке Людовика XV мадам де Помпадур не захотелось уничтожить не подвластную ей секретную службу. Выкрад ключи от кабинета короля, она узнала имена всех агентов. В особую немилость попал, конечно, самый удачливый из них — Шарль Женестье д'Эон. Сначала она попыталась вызвать его во Францию, но он, зная характер фаворитки, остался в Англии. Это привело мадам де Помпадур в ярость. По ее приказу д'Эона пробовали отравить, затем похитить, но опытному агенту удавалось избегать ловушек. Приспешники любовницы короля даже додумались до того, что

а деньги от своего имени он мог получить только во Франции, где Шарля ждал арест. В те годы д'Эон все чаще стал появляться в обществе в женском платье и даже в таком виде устраивал поединки по фехтованию, в которых умудрялся побеждать своих молодых соперников. Англичане начали заключать пари, споря друг с другом, кем является Шарль Женестье — мужчиной или женщиной.

Например, сердцеед Казанова считал д'Эона женщиной. Он писал: «Этот шевалье д'Эон был красивой женщиной... Несмотря на ее министерский ум и мужские манеры, мне не понадобилось и четверти часа, чтобы признать в ней женщину, так как голос ее был слишком естественен для кастрата, а формы слишком округлые для мужчины, не считая отсутствия бороды, которая иногда может случайно отсутствовать у мужчины...»

Наконец все вроде бы проясняется: д'Эон пишет письмо новому королю Франции, в котором признается, что он женщина, и просит позволения вернуться на родину. Людовик XVI разрешает даме приехать во Францию, но запрещает ей впредь надевать мужскую одежду. В 1777 г. Шарль Женестье возвращается на родину, но он нарушает запрет короля и временами носит военный мундир, за что его сажают в тюрьму.

В конце концов д'Эона все же выпускают на свободу, но в 1785 г. отправляют в изгнание в Лондон. Людовик XVI даже обещает выплачивать ему содержание, если тот не будет снимать женское платье. Вокруг д'Эона вновь разгораются споры: англичане хотят знать, по праву ли она (он?) носит свои юбки. Бывший шпион отказывается дать какие-либо разъяснения по этому поводу. Чтобы как-то заработать на жизнь, он преподаёт фехтование, а на его показательные поединки собирается весь лондонский свет. Но денег ему все равно не хватало, пришлось даже продать французам кое-какие сохранившиеся от прежней службы секретные документы.

Умирал прославленный шпион в ужасной нищете в меблированных комнатах. 21 мая 1810 г., когда его сердце перестало биться, доктора и 15 свидетелей констатировали, что пожилая дама, лежащая перед ними, на самом деле была мужчиной... Особенно этим обстоятельством была поражена хозяйка дома, которая уважала

выи альянс между странами вся-чески препятствуя намечавшемуся англо-русскому союзу.

Любопытно, что с этой же целью в Россию в 1755 г. направлялся и второй агент — шотландский дворянин, шевалье Дуглас. Он ехал под видом английского аристократа, намеревающегося, согласно предписаниям врачей, поправить в Санкт-Петербурге свое здоровье... Видимо, климат в городе на Неве, как никакой другой, подходил для его ослабленных легких...

Конечно, имея такую смехотворную легенду, Дуглас с самого начала своей миссии был обречен на провал.

Д'Эон отправился в северную столицу в необычном облике. Конти долго вглядывался в его красивое лицо с тонкими и нежными чертами и неожиданно предложил новоявленному шпиону надеть женское платье... Шарль облачился в непривычный наряд и, на удивление, почувствовал себя в нем довольно комфортно. Агенту в юбке выправили документы на имя мадемуазель Лиан де Бомон, а чтобы шпионы могли действовать свободно, д'Эон выступал в роли племянницы Дугласа.

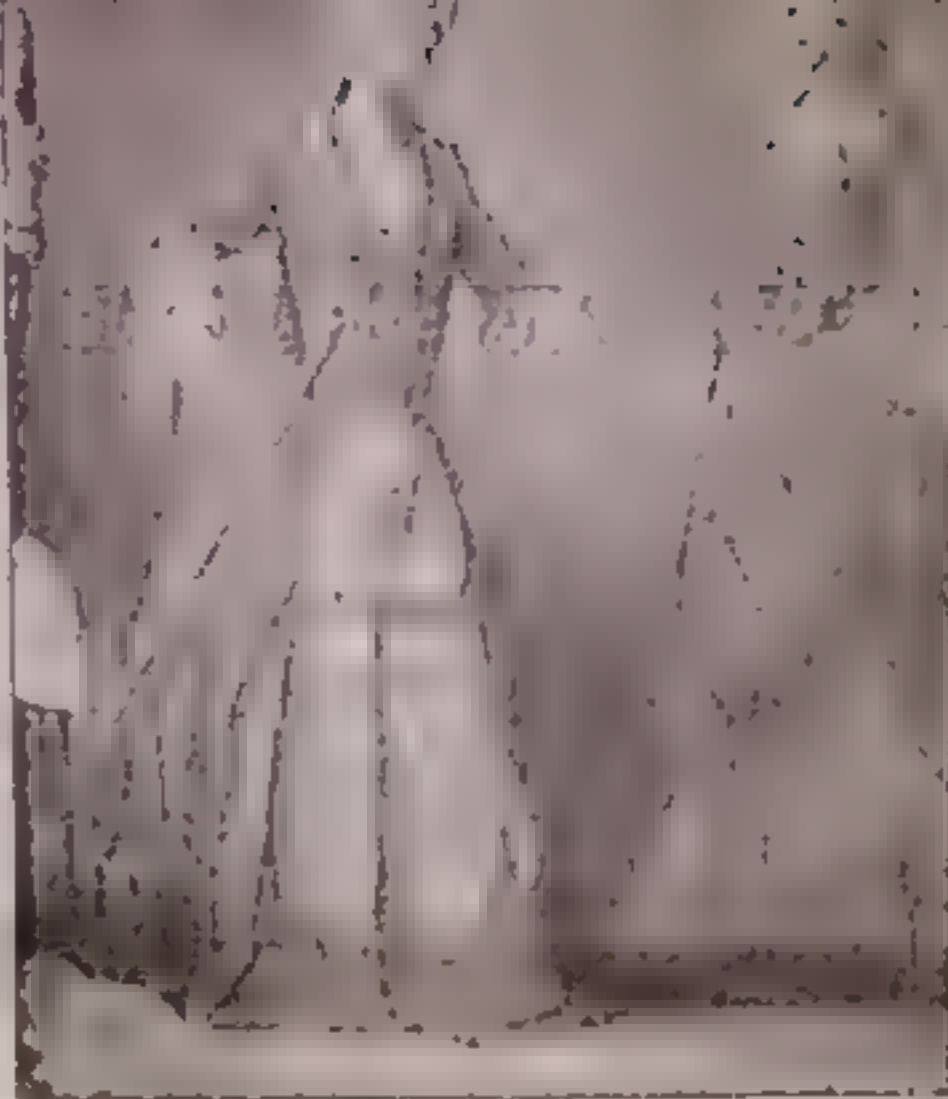
В то время как Дуглас безуспешно пытался наладить контакты с окружением императрицы Елизаветы Петровны, его «племянница» настолько очаровала российскую царицу, что стала ее фрейлиной. Никто даже не мог предположить, что

эта очаровательная девица является мужчиной.

Агенты регулярно отправляли под видом невинных писем заурядного купца свои донесения во Францию. Наконец настало время, когда закрепившиеся при дворе д'Эон решил передать Елизавете послание Людовика, которое он привез с собой. Конечно, при этом царица узнала об обмане с переодеванием, однако она не рассердилась. Возможно, свою роль тут сыграло то обстоятельство, что Елизавета сама любила переодеваться в мужскую одежду.

Итак, миссия Дугласа и д'Эона успешно завершилась: Елизавета написала ответное письмо Людовику, отношения между странами стали налаживаться. Французский король был очень доволен работой своих агентов, оставалось только закрепить достигнутый успех, и в 1756 г. Дугласа и д'Эона снова направили в Россию. На этот раз Шарль поехал в Санкт-Петербург в мужском облике в качестве секретаря Дугласа. Чтобы сразу закрыть вопрос о его поразительном сходстве с девицей де Бомон, его выдавали за ее брата. Всю правду знала лишь одна Елизавета, что явно доставляло ей большое удовольствие. На этот раз д'Эону удалось убедить царицу расторгнуть договор с Британией и заключить союз с Францией.

Удачливый агент с триумфом вернулся на



На этой гравюре знаменитый шпион в переднике франкмасона

родину, увозя с собой 300 золотых, которые ему подарила Елизавета. Не поспешил на награды и Людовик XV: он не только преподнес Шарлю дорогую табакерку, но и произвел его в чин капитана кавалерии.

Со смертью в 1761 г. Елизаветы российские дела д'Эона закончились, но Шарль и в дальнейшем продолжал выполнять поручения своего короля, иногда опять облачаясь в женское платье. Начали распространяться различные слухи, многие стали сомневаться, что он на самом деле мужчина. Но как только д'Эон за храбрость, проявленную в сражении, получил крест Святого Людовика, слухи пошли на убыль, ведь трудно предположить, что женщина способна на такие подвиги.

В 1762 г. д'Эон получает должность секретаря французского посла в Лондоне. Конечно, в его обязанности

входила и разведывательная деятельность. Французский посол был в восторге от своего помощника. Шарлю удалось скопировать очень ценные документы британского министра, пока их хозяин дегустировал вина в компании посла.

Возможно, с карьерой д'Эона не возникло бы никаких проблем, если бы всемогущей фаворитке Людовика XV мадам де Помпадур не захотелось уничтожить не подвластную ей секретную службу. Выкрад ключи от кабинета короля, она узнала имена всех агентов. В особую немилость попал, конечно, самый удачливый из них — Шарль Женевиэва д'Эон. Сначала она попыталась вызвать его во Францию, но он, зная характер фаворитки, остался в Англии. Это привело мадам де Помпадур в ярость. По ее приказу д'Эона пробовали отравить, затем похитить, но опытному агенту удавалось избегать ловушек. Приспешники любовницы короля даже попытались выставить Шарля сумасшедшим, что, по законам того времени, позволяло посадить его в тюрьму. Д'Эона решил спровоцировать на докладную о привидениях. С этой целью подкупленный трубочист в одну из ночей страшным голосом завыл в каминном дымоходе, но шпага шевалье быстро заставила его раскаяться в содеянном...

Когда в 1774 г. от оспы умер Людовик XV, положение д'Эона стало по-настоящему катастрофическим: друзей его изгнали со службы, самого лишили жалованья,

выпускают свободу, но в 1785 г. отправляют в изгнание в Лондон. Людовик XVI даже обещает выплачивать ему содержание, если тот не будет снимать женское платье. Вокруг д'Эона вновь разгораются споры: англичане хотят знать, по праву ли она (он?) носит свои юбки. Бывший шпион отказывается дать какие-либо разъяснения по этому поводу. Чтобы как-то заработать на жизнь, он преподает французский язык, а также показывает свои портреты. Но бирюзовое платье лондонский свет не принимает. Шарль Женевиэва д'Эон, который даже не признал себя шпионом, сохранил документы, не из службы секретный шпион в умирал прославленный шпион в ужасной нищете в меблированных комнатах. 21 мая 1810 г., когда его сердце перестало биться, доктора и 15 свидетелей констатировали, что пожилая дама, лежащая перед ним, на самом деле была мужчиной... Особенно этим обстоятельством была поражена хозяйка дома, которая ухаживала за старушкой последние 14 лет...

До сих пор не ясно, почему д'Эон согласился носить женскую одежду в течение 40 лет? Ведь он мог от нее отказаться хотя бы после смерти Людовика XVI. Почему этот мужчина отличался настолько прохладным отношением к женщинам? У историков к д'Эону и поныне немало вопросов, но ученые мужи вряд ли когда-нибудь получат на них ответы, ведь этот необычный человек не оставил после себя никаких записок или воспоминаний.

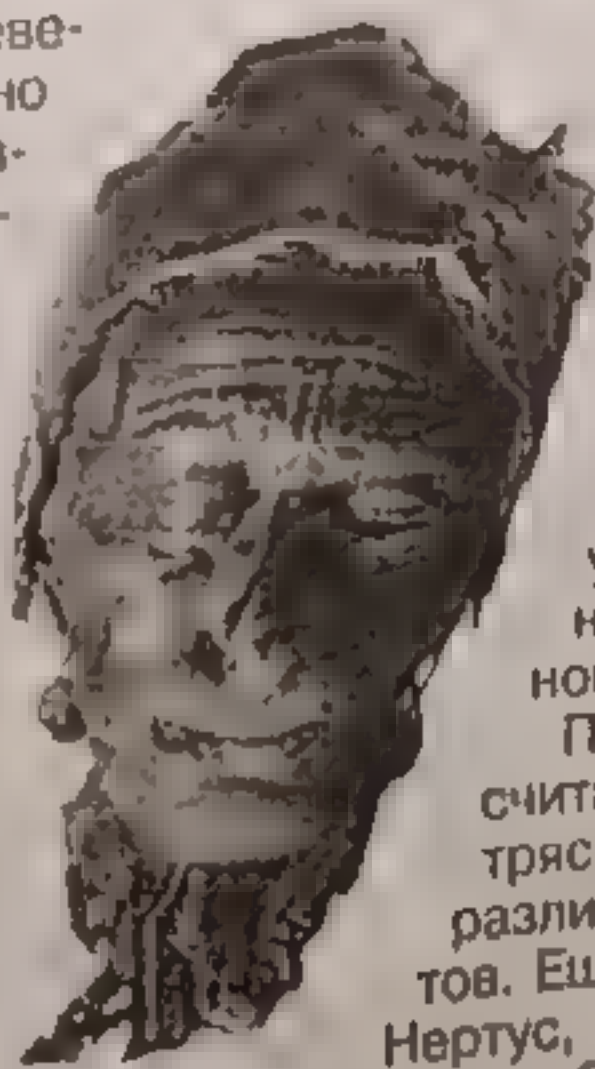
Подготовил
Виталий ГОЛУБЕВ

ЖЕРТВЫ ДРЕВНИХ КУЛЬТОВ

Трупы людей находят в торфяных болотах стран Северо-Западной Европы довольно часто. Только в XX в. в древних болотах было обнаружено более 700 прекрасно сохранившихся тел.

Подобные страшные находки всегда пугали местных жителей, вызывая у них закономерные предположения о кознях дьявола или иных таинственных сил, способных увлечь людей в болота и утопить в губительной трясине. Особенно странным казалось то обстоятельство, что опознать тела, несмотря на их прекрасную сохранность, никто так и не смог, да и одежды мертвецы были весьма необычны. Откуда являлись эти чужаки и почему никто не видел их здесь живыми? Никому даже в голову не приходило, что найденным покойникам уже тысячи лет и что в болотной жиже создается такая среда, которая предохраняет от разложения органические ткани, и трупы оказываются законсервированными в торфяной толще на века и даже тысячелетия.

Несомненно, такие «консервированные» мертвецы, подобно знаменитому «ледяному человеку», обнаруженному в альпийском леднике, представляют значительный интерес для археологов и историков. Особо выдающиеся находки были сделаны в 1950 г. и



1952 г. в Дании.

Извлеченные из болота мертвецы даже получили имена — Толлунд и Гробаль. Мужчины жили около 2000 лет назад и перед тем, как попасть в болото, были убиты: Толлунда удушили веревкой, а Гробалью перерезали горло. Трупы прекрасно сохранились: ученые даже смогли установить предсмертное меню одного из них — он съел кашу из смеси ячменя и льняного семени.

Почему убитых людей бросали в болото? Как считают ученые, все погибшие, извлеченные из трясины, были принесены в жертву во время различных религиозных ритуалов древних кельтов. Еще Тацит описывал культ богини плодородия Нертус, которой нередко приносили человеческие жертвы. О кровавых жертвоприношениях упоминал и Цезарь, а древнегреческий историк Диодор Сицилийский писал, что друиды, жрецы кельтов, практиковали предсказание будущего по конвульсиям и истечению крови у зарезанных ножом жертв...

Голова Толлунда (см. фото) и тело Гробалья теперь являются достопримечательностями краеведческого музея Дании.

Максим СИРОТКИН

ЛЛОЙД ОПЕРЕДИЛ КОЛУМБА?

В непрекращающийся спор относительно приоритета в открытии Америки вмешалось еще одно имя — капитана Джона Ллойда из Уэллса, который, по утверждению английского географа Артура Дэвиса, достиг Америки раньше Колумба. После 5-летних исследований Дэвис пришел к выводу, что в 1477 г., то есть за 15 лет до экспедиции Колумба, корабль из Уэллса добрался до берегов Нового Света и команда сошла на берег вблизи Гудзонова залива. Конечно, не исключено, что в архивах могут быть найдены новые документы или еще каких-то путешественников, побывавших в не известной тогда Америке, но пальму первенства у Колумба отнять уже никто не сможет, ибо он первым «застолбил» свое открытие и обнародовал его.

КАМЕННАЯ КНИГА

Самая большая в мире книга находится в городе Мандалай (Бирма) в буддистском храме Махалакамара-джин. Ее 730 страниц представляют собой заполненные мелкими письменами мраморные плиты высотой 1,5 м и весом 2 т. Каждая из плит хранится в небольшой часовне, а общая площадь уцелевшего «книгохранилища» превышает 5 га. 20 лет назад случайным образом в храме было обнаружено 2400 монахов из всех монастырей Мандалая взяли прочесть вслух все, что высечено на этих каменных скрижалях. Сменяя друг друга, они читали текст непрерывно в течение 153 дней. Эта «книга» была создана в XIX в. по распоряжению короля Миндона. В работе тогда приняли участие 100 каменотесов.

МОЗГА ИЖА



Это можно было бы считать фантазиями выжившего из ума старика, но специальное расследование, проведенное «Шпигелем» с привлечением секретных архивов Третьего рейха, полностью подтверждает слова Штрайхера о космическом полете. Впрочем, здесь необходимо кое-что пояснить.

Еще до начала Второй мировой войны в Германии была создана сеть закрытых научно-исследовательских институтов с целью разработки и усовершенствования вооружений, а также методов воздействия на человека. Некоторые из этих НИИ изучали оккультные и целительские практики, средства манипулирования обществом с помощью определенных мистических ритуалов и создания практически неуязвимых биологических роботов. Но Гитлер понимал, что все эти новые виды вооружений могут дать лишь тактическое преимущество, истинный путь к мировому господству лежит через обладание ядерным и космическим оружием. Поэтому в 1938 г. неподалеку от Вевельсбурга, где находился главный штаб СС, был создан специализированный НИИ ракетной техники. Возглавлял исследовательский центр Вернер фон Браун (в конце войны он был захвачен американцами и помогал им при создании атомной бомбы), а курировал работу института рейхс-маршал Геринг, министр авиации. В стенах этого НИИ были разработаны фаустпатроны, карманный гранатомет «Панцерштакке», а также боевые ракеты различных классов: твердотопливные одноступенчатые класса «земля — земля» «Рейботе», зенитные «Вассерфаль», ракетный комплекс «Фау-3». Именно на него нацисты возлагали большие надежды и, как выяснилось, не ошиблись. Крылатая ракета A9/A10, входившая в состав комплекса, могла использоваться как межконтинентальная (Гитлер планировал летом 1945 г. уничтожить Нью-Йорк) либо как кос-

Первые пробные запуски состоялись в 1943 г., но из-за технического несовершенства 16 из 18 запущенных ракет взорвались на старте или в воздухе. В следующем году

Эффект разорвавшейся бомбы произвело заявление, сделанное 85-летним жителем Германии Раулем Штрайхером в интервью журналу «Шпигель». Немец утверждает, что право именоваться первым в истории человечества космонавтом, побывавшим на орбите еще в 1945 г., принадлежит ему.

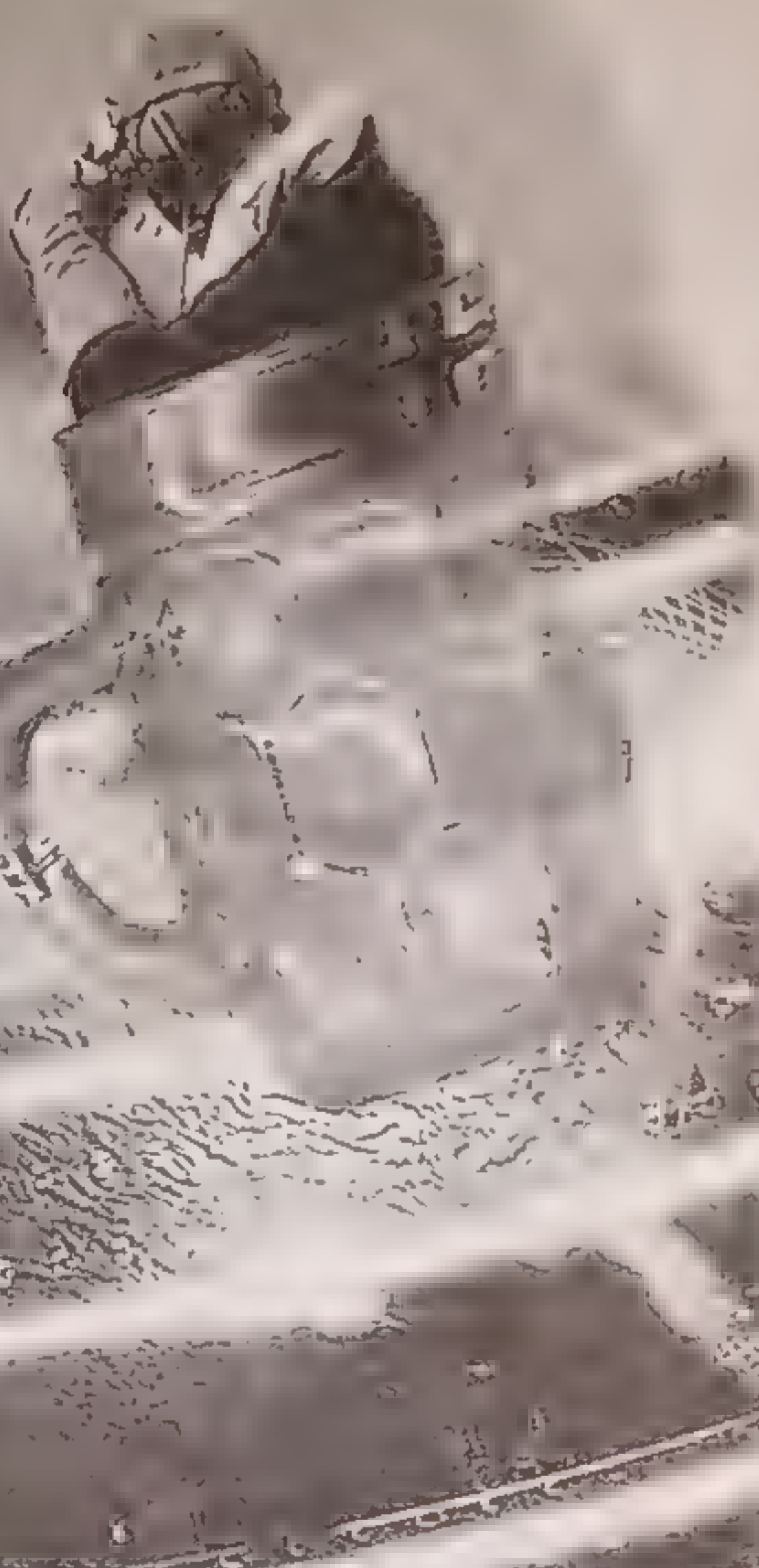
ФАШИСТЫ ПОБЫВАЛИ В КОСМОСЕ?!

было выпущено около 40 ракет, улучшенных и усовершенствованных фон Брауном. В это же время в соответствии с личным распоряжением Фюрера среди германских летчиков-асов был объявлен набор в отряд военных космонавтов. В отряд этот, полностью сформированный в марте 1944 г., входило, по разным источникам, от 100 до 500 человек. По личному ходатайству Геринга в число будущих космонавтов вошел Рауль Штрайхер, непревзойденный ас воздушного боя. Рауль родился в 1915 г. в Австро-Венгрии в бедной крестьянской семье. Позже, эмигрировав в Германию, он был призван в ряды вермахта и, обладая отличным здоровьем и будучи небольшого

роста, стал летчиком-истребителем. По его собственному признанию, он боготворил в те годы Фюрера и германский милитаризм, позволявший ему, комплексовавшему в детстве из-за небольшого роста, чувствовать себя грозным и значительным.

После того как несколько испытаний ракет в 1944 г. закончились успешно, провели окончательный отбор будущих покорителей космоса. Учитывались даже данные личного гороскопа кандидата: Гитлер всегда питал слабость к астрологии. В результате были выбраны два летчика: Мартин фон Дулен и Рауль Штрайхер. Фюрер явно симпатизировал последнему, ведь он тоже родился на территории Австро-Венгрии и был не-

высокого



роста. Первый запуск ракеты с фон Дуленом на борту состоялся 18 февраля 1945 г. и оказался неудачным: ракета взорвалась на третьей минуте полета. Второй запуск прошел шесть дней спустя и закончился успешно: ракета с Раулем Штрайхером на борту была выведена на околоземную орбиту и, облетев Землю, приволачилась у берегов Японии. Таким образом, именно состоявшийся 24 февраля 1945 г. полет, по словам Штрайхера, положил начало освоению космоса человеком.

Интересно то, как описывает Штрайхер свой полет в интервью корреспонденту «Шпигеля»:

«Глядя из знакомое надгробие с ангелом. Но где же могила? Вместо нее он увидел лишь поросший травой, ровный участок земли! Отыскать могилу помог кладбищенский сторож Питер Фергюс-

поднебесья на нашу Землю, я понял, каким ничтожно маленьким является наш «необъятный» мир. Теперь, когда мы обладаем столь мощным техническим потенциалом, не составит большого труда подчинить рано или поздно нашу планету одной власти». Обратите внимание: никаких восторженных реплик о красоте Земли и призывов борьбы за мир в духе Гагарина.

Понимая неизбежность своего поражения в войне, нацисты подготовили путь для отступления: небольшой космодром под Вевельсбургом должен был взорван, а результаты исследований и конструкторы укрыты в некоем замке в Карпатах, принадлежавшем фон Брауну. Там планировалось после окончания войны в обстановке полной секретности продолжить исследования и когда-нибудь взять реванш. Но стремительное наступление союзников разрушило большую часть этих планов. Фон Браун попал в руки американцев, советские войска захватили часть ракет, которые были использованы при разработке нашей космической техники. Штрайхер, которого было приказано уничтожить как чрезмерно осведомленное лицо, скрывался некоторое время в Восточной Европе, а через несколько лет поселился в ГДР. После полета Гагарина он несколько раз выступал с заявлениями, что ему, а не Гагарину принадлежит честь космического первопроходца, в результате чего его на несколько лет поместили в психиатрическую больницу. Впрочем, авторитетные источники полагают, что Штрайхер был просто спрятан властями ГДР, знавшими про космические исследования рейха и не хотевшими, чтобы первый в мире космонавт стал жертвой кого-то из бывших офицеров гестапо.

Вадим СУМИН

С ПЧЕЛИНОЙ МАТКОЙ НА ЛИЦЕ

Раздевшись до пояса, французский пчеловод Бернар Фрэнсес бесстрашно шагнул в специальную камеру, где содержались его любимые насекомые. Публика, наблюдавшая за экспериментом сквозь прозрачные стенки, затаила дыхание, а отважный Бернар извлек из пчелиного роя матку и усалил ее на лицо. За камерой

ших лохмотьях. Фамильный перстень с монограммой, безусловно, принадлежал сэру Роджеру. Кости покойника плотно вросли в глину, и, чтобы перенести усопшего в другое место, пришлось бы вырыть большой фрагмент почвы. Кому и зачем могло понадобиться проделывать такую кропотливую работу?

класса «земля — земля» «Рейботе», зенитные «Вассерфаль», ракетный комплекс «Фау-3». Именно на него нацисты возлагали большие надежды и, как выяснилось, не ошиблись. Крылатая ракета А9/А10, входившая в состав комплекса, могла использоваться как межконтинентальная (Гитлер планировал летом 1945 г. уничтожить Нью-Йорк) либо как космическая.

Первые пробные запуски состоялись в 1943 г., но из-за технического несовершенства 16 из 18 запущенных ракет взорвались на старте или в воздухе. В следующем году

французскому летчику Фредериксу в ответствии с личным распоряжением фюрера среди германских летчиков-асов был объявлен набор в отряд военных космонавтов. В отряд этот, полностью сформированный в марте 1944 г., входило, по разным источникам, от 100 до 500 человек. По личному ходатайству Геринга в число будущих космонавтов вошел Рауль Штрайхер, непревзойденный ас воздушного боя. Рауль родился в 1915 г. в Австро-Венгрии в бедной крестьянской семье. Позже, эмигрировав в Германию, он был призван в ряды вермахта и, обладая отличным здоровьем и будучи небольшого

ему, комплексовавшему в детстве из-за небольшого роста, чувствовал себя грозным и значительным. После того как несколько испытаний ракет в 1944 г. закончились успешно, провели окончательный отбор будущих покорителей космоса. Учитывались даже данные личного гороскопа кандидата: Гитлер всегда питал слабость к астрологии. В результате были выбраны два летчика: Мартин фон Дулон и Рауль Штрайхер. Фюрер явно симпатизировал последнему, ведь он тоже родился на территории Австро-Венгрии и был невысокого

удачным: ракета взорвалась на третьей минуте полета. Второй запуск прошел шесть дней спустя и закончился успешно: ракета с Раулем Штрайхером на борту была выведена на околоземную орбиту и, облетев Землю, приволачилась к берегам Японии. Таким образом, именно состоявшийся 24 февраля 1945 г. полет, по словам Штрайхера, положил начало освоению космоса человеком. Интересно то, как описывает Штрайхер свой полет в интервью корреспонденту «Шпигеля»:

Вадим СУМИН

«Глядя из знакомое надгробие с ангелом. Но где же могила? Вместо нее он увидел лишь поросший травой, ровный участок земли! Отыскать могилу помог кладбищенский сторож Питер Фергюс-

ших лохмотьях. Фамильный перстень с монограммой, безусловно, принадлежал сэру Роджеру. Кости покойника плотно вросли в глину, и, чтобы перенести усопшего в другое место, пришлось бы вырыть большой фрагмент почвы. Кому и зачем могло понадобиться проделывать такую кропотливую работу?

Еще один случай произошел относительно недавно — в конце 1989 г. Пожилой фермер Джо Берни из поселка Фоли-Крик в Западном Канзасе (США) ранним утром обнаружил посреди своего двора могильный холм с надтреснутым каменным надгробием. Берни немедленно вызвал полицию. При осмотре могилы выяснилось, что надгробие на надгробии полностью стерлось. В яме под плитой покоился истлевший гроб с вросшими в землю человеческими останками. Кому они принадлежали, выяснить так и не удалось. Гроб с костями бережно извлекли из ямы, вывезли в степь и захоронили. Как же могила очутилась во дворе фермы, окруженной глухим забором, с закрытыми на ключ воротами?

Если предположить, что перенос могильных захоронений — это дело рук неизвестных шутников или злоумышленников, то каким образом им удалось остаться незамеченными? Ведь такой труд требует немалых затрат времени и сил!

Имеется и иное объяснение — магическое. Мол, «бегство» могил — дело рук магов и колдунов, а то и неведомых темных существ. Недаром у туземцев есть обычай обливать могилу соком «волшебного» дерева или окаймлять ее бордюром из ракушек, чтобы не дать ей «уйти». На островах Тонго покойников хоронят только парами: душа одного из них удержит другую, если та вдруг захочет переменить место..

Маргарита ТРОИЦЫНА

С ПЧЕЛИНОЙ МАТКОЙ НА ЛИЦЕ

Раздевшись до пояса, французский пчеловод Бернар Фресс бесстрашно шагнул в специальную камеру, где содержались его любимые насекомые. Публика, наблюдавшая за экспериментом сквозь прозрачные стенки, затаила дыхание, а отважный Бернар извлек из пчелиного роя матку и усадил себе на лицо. За крылатой королевой немедленно последовали ее верноподданные, и вскоре всю голову пчеловода покрывала шевелящаяся масса.

Увы, перед началом представления никто не догадался объявить: «Нервных просим удалиться!» В результате половина зрителей сорвала голос, визжа от ужаса, а некоторых в глубоком обмороке увезли в клинику. Сам же Бернар Фресс отделался парой десятков укусов.

ЖЕНСКИЕ ВИДЕНИЯ

Молодая женщина, проснувшись ночью, увидела перед собой жениха. Он держал на ладони обручальное кольцо. На следующий день она узнала, что ночью его убили грабители. Другая женщина увидела своего брата — в этот момент он умер в больнице от перитонита.

Эти случаи и подобные им приводит в своей книге иезуитский священник — отец Аугусто Фредеричес.

«В четыре часа дня у своих друзей в Сан-Паулу Норма без видимых причин разрыдалась. Когда ее спросили, в чем дело, она ответила, что в Порту-Алегри, за сотни миль от Сан-Паулу, умер ее дедушка. Через несколько часов по телефону ей сообщили, что действительно в четыре часа дня, когда она была в гостях, он умер».

«Молодая женщина из Камринаса, проснувшись в 6 часов 35 минут, села в кровати и в зеркале увидела отражение своего жениха, находившегося за 180 миль от нее. Позже ей сообщили, что он попал под грузовик и находится в госпитале. Его раздавленные часы показывали 6 часов 35 минут».

«Во второй половине дня, когда Майя читала, у нее появилось ощущение: кто-то входит в комнату, но она никого не заметила. Ощувив крепкий поцелуй, она повернулась и увидела своего жениха, протягивающего к ней руки, чтобы обнять ее. В это самое мгновение находившийся за много миль ее жених, упав с лошади, разбился насмерть».

«Бланка вошла в кухню и увидела там своего брата в форме моряка. С его кителя и фуражки стекала вода. Брат попросил ее не говорить никому, что он был здесь, и исчез. Позже она узнала, что именно в это время произошел несчастный случай и он погиб».

«Лючия Мария, начавшая свое послушание в монастыре, однажды ночью во сне увидела своего 13-летнего брата, живущего за 700 миль от нее, тяжело больным. Рядом с ним стоял священник, проводивший последнее причастие. Позже ей рассказали, что все увиденное ею во сне один к одному произошло в жизни».

Представьте себе, что вы отправились на кладбище навестить кого-то из умерших близких и внезапно обнаружили, что его могила исчезла. А позже вы находите ее совсем в другом месте... Невероятно? Между тем подобные случаи известны уже на протяжении нескольких веков. И до сих пор никто не может объяснить, отчего могилы иногда «переходят» с места на место.

В XV в. с городского кладбища в г. Линце (Австрия) исчезла могила некоего Штетенберга. Позже она была найдена в другой части кладбища. Горожане решили, что несчастный Штетенберг при жизни занимался черной магией, а потому его прах не может обрести покоя. Могилу вскрыли, останки вытащили из гроба и торжественно сожгли на глазах у огромной толпы. Яму с пеплом забросали камнями и поставили сверху крест из осины — так в те времена поступали с мертвецами, подозревавшимися в колдовстве.

Осенью 1928 г. многие газеты сообщали о странном происшествии с могилой сэра Роджера Хейзлема, захороненного на кладбище шотландского городка Гленисвилл еще в середине XIX в.

Внучатый племянник сэра Роджера, сэр Артур Хейзлем, оказавшись проездом в Гленисвилле, решил проведать своего родича. Несколько лет назад он уже навещал могилу дяди и прекрасно знал, где она находится. Помнил он и соседнее надгробие с высеченным на нем ангелом...

Племянник быстро нашел то самое место у ограды, обнаружил и

БЛУЖДАЮЩИЕ МОГИЛЫ



сон. Она оказалась в 200 м от того места, где ей положено было находиться (на что указывала и схема кладбища). Сомнений не было: тот же невысокий земляной холмик, тот же гранитный памятник в виде мальтийского креста...

Сэр Артур подумал, что кто-то перенес надгробие, а сам гроб остался на прежнем месте. Он приказал раскопать старое захоронение, но гроба там не нашли. Тогда вскрыли могилу под гранитным крестом и обнаружили на глубине полутора метров остатки сгнившего дубового гроба и скелет в истлев-



ВЕРНУ ЛЮБИМЫХ

РЕАЛЬНО. БЕЗГРЕШНО.
НАДЕЖНО.
241-14-21,
9.00-21.00 (ежедневно).

**Горячая линия
Павла Глобы
8-809-585-8013**

Предлагает всем желающим конкурс. Ответьте на один вопрос от Павла Глобы по телефону 8-809-585-8013 и у вас будет шанс получить один из трех призов: ответ на вопрос о своей судьбе, книгу с автографом П. Глобы или бесплатное обучение астрологии. Если вы ответите на второй, более сложный, вопрос, ваши шансы на победу увеличатся втрое.

Внимание: стоимость звонка 10 рублей в минуту плюс междугородный тариф до Москвы. Звонить могут только совершеннолетние.

ВОСЕМЬ ВЕКОВ И ВСЮ ЖИЗНЬ

Что такое талант? Стихи пишут многие, но истинных поэтов на все поколение, дай Бог, десять. Танцуют все, однако Нуриев — единственный. Гадают тоже многие, но много ли мы встречаем людей, которые лишь раскинут перед собой карты и прочтут по ним тайны ваших страданий, мало того, потом исправят неудачные жизненные ситуации, а то и изменят всю судьбу разом? В наше время не так много истинных ясновидящих, но одну я знаю. Это **ЛУЧШАЯ ГАДАЛКА РОССИИ — АНДРА**. Цыгане — единственный народ, сохранивший заповедные знания, поэтому их гадания, предсказания, заговоры самые действенные. Дар ясновидения и гадания передается по наследству — через века — и только по материнской линии — от бабушки к внучке. Людская молва давно слагает предания о доброте и силе гадания знаменитой Дианы — матери Андры. При-

надлежность Андры к известному старинному цыганскому роду предопределила ее чудесный талант. Потом она много училась и совершенствовала свое мастерство. И только одолев все ступени посвящения, Андра почувствовала: ей доверено самое заветное, что есть в этом мире, — нить человеческой Судьбы. Она поняла, что знания, данные свыше, предназначены не только ей, и начала помогать людям. Слава пришла к ней быстро, но на вопрос, давно ли она занимается прорицаниями, Андра могла бы ответить: «Восемь веков и всю мою жизнь». Коррекция судьбы, очищение от порчи, снятие сглаза и родового проклятия, умение наладить семейную жизнь, вернуть утраченную любовь — вот сферы, где талант Андры особенно впечатляющ. Поэтому-то и приезжают к Андре за утешением люди из разных городов и со всех концов света. Сила



Андра

ясновидения, которой обладает Андра, так велика, что не перестаешь удивляться! А в сочетании с добрым сердцем — это и есть чудо, к которому мечтает прикоснуться каждый из нас. Не скрою, мне самой приходилось обращаться за помощью к Андре, что и побудило меня писать о ней. Но чтобы моя статья была объективной, я попросила приоткрыть завесу таинственности и присутствовала на ее сеан-

сах. «Андра, в моей фирме дела идут все хуже и хуже, лучшие заказы уплывают из рук. Что будет с фирмой дальше?» — спрашивает Олег С. Андра, внимательно выслушав и разложив карты, объясняет, как решить проблему: «Клиентов переманивает ваш компаньон. Откажитесь от сотрудничества с ним, у вас появятся новые партнеры, к концу года фирма оживет». Когда-то подруга приревновала Валентину К. к жениху и сказала. «Ты меня еще вспомнишь!» И верно, помнила двадцать лет тянувшая цепь неудач и невзгод. Андра увидела сразу — яркий пример порчи. И вот энергетика восстановлена, через сорок дней от порчи не осталось и следа. В редакцию пришло много откликов о работе Андры. В этих письмах все разное — и почерк, и стиль, одно общее — теплые чувства спасенных людей. И когда Андра говорит: «Конечно, я не колдунья, но исключительная гадалка,

обладающая особой методикой духовного исцеления», хочется возразить ей: «Особая методика исцеления души — разве это не колдовство?» Если кому-то надо снять порчу и родовые проклятия, обрести душевный покой, наладить семейные отношения или узнать свою судьбу — приходите к Андре.

**Андра,
тел. (095) 354-71-47.**

На полуторачасовом сеансе предсказаний вы получите исчерпывающую информацию о прошлом, настоящем и будущем, сможете задать волнующие вас вопросы. У вас появится возможность предостеречься и уверенно определиться в своей судьбе. Вам будет оказана поддержка и помощь даже в самых безвыходных ситуациях.



Григорий ГРАБОВОЙ

Применяет ясновидение для решения различных проблем. Исцеляет от острых, хронических, тяжелых заболеваний и новообразований. Проводит восстановление разрушенной ткани. Омолаживает. Корректирует будущее в необходимом направлении. Обучает ясновидению, целительству и дистанционному управлению по своей системе спасения. Оптимизирует бизнес.

Грабовой Григорий Петрович окончил факультет прикладной математики и механики Ташкентского государственного университета. В Москве получил медицинское образование по специальности «лечебное дело». Автор открытия области создания. Открытие сертифицировано в Международной регистрационной палате. Грабовой Григорий Петрович — академик Международной академии информатизации, АЧ ООН, академик Нью-Йоркской академии Международной академии информатизации, АЧ ООН, академик Академии медико-технических наук России, почетный академик Российской академии космонавтики, академик Российской академии естественных наук, доктор наук РАЕН, доктор технических наук, доктор физико-математических наук, профессор, доктор философии, член Профсоюза национальной психотерапевтической лиги, советник ФАС России. Ясновидящий, целитель и специалист по энергоинформатике. Награжден серебряной медалью И.П. Павлова «За развитие медицины и здравоохранения». Имеет сертификат присуждения звания «Лучший целитель» по направлению «Биоэнергоинформатика и прогнозирование». Лауреат конкурса Международной академии наук о природе и обществе, награжден медалью Первого «За заслуги в деле возрождения науки и экономики Международного межкалассического союза «Звезда Вернадского» за заслуги в науке. Награжден орденом Святого Саввы, являющегося государственным орденом России с 1831 года.

Сотня свидетелей, ООН, Центр управления полетами России, правительство, Центр управления космическими полетами России, различные протоколы и медицинские учреждения. В сотнях различных протоколов (на любом расстоянии)

ИЗВЕСТНАЯ

МОСКОВСКАЯ

ЦЕЛИТЕЛЬНИЦА

**Авиэтта
АРИСЯН**

**Тел.: 191-45-91,
311-77-50.**

Принимает:

будни — с 10
до 18 часов,

суббота — с 10

Бабушка Марфа

Уральский самородок,
исцеляет силой Господней.

Алкоголизм — по фото, успех до 100%. Восстановлю семью, верну отца детям, устраню соперницу. Сниму порчу, сглаз, род, проклятия; заговор на удачу. Исцеление хронич. заболеваний, кор. веса, гадание, ясновидение, просмотр судьбы, решение проблем. И вместо слез у своих пациентов я вижу улыбки.

Тел.: (095) 169-97-41, 120-37-68,
921-15-19. Свид. №14/25702

НЕ ОТРЕКАЮТСЯ,

ЛЮБЯ!

СОЕДИНЕНИЕ СУДЕБ

241-99-15,

9.00-21.00 (ежедневно)

ХОТИТЕ БЫТЬ СЧАСТЛИВЫМ?

Звоните:

291-66-27,

9.00-21.00 (ежедневно).

МГНОВЕННЫЕ ПРИВОРОТЫ.

ПРОВЕРЕННЫЕ МЕТОДЫ!

**ДОБРЫЙ
ВОЛШЕБНИК
АРСУН
725-98-77**

Свид. № 9/25475



БЫСТРЕЕ! ДЕШЕВЛЕ! ПРАКТИЧНЕЕ!

Гравовой Григорий Петрович окончил факультет прикладной математики и механики Ташкентского государственного университета. В Москве получил медицинское образование по специальности «Лечебное дело». Автор открытия области создания. Открытие сертифицировано в Международной регистрационной палате. Гравовой Григорий Петрович — академик Международной академии информатизации, АН ООН, академик Нью-Йоркской академии наук, академик Итальянской академии наук, академик Академии медико-технических наук России, почетный академик Российской академии космонавтики, академик доктор физико-математических наук, доктор наук РАЕН, доктор технических наук, доктор психотерапевтической лиги, советник ФАС России. Ясновидящий, целитель и специалист по энергоинформатике. Награжден серебряной медалью И.П. Павлова «За ший целитель» по направлению «Биоэнергоинформатика и прогнозирование». Лауреат конкурса Международной академии наук о природе и обществе награжден медалью Первого «За заслуги в деле возрождения науки и экономики России» и медалью «За развитие культуры и искусства». Награжден высшей наградой Международного межакадемического союза «Звезда Вернадского» за заслуги в науке. Награжден орденом Святого Станислава, являющегося государственным орденом России с 1831 года.

Факты спасения Григорием Гравовым людей и техники своими способностями энергоинформационного управления запатентованы сотнями свидетелей, ООН, авиакомпаниями. Центром управления космическими полетами России, правительственными структурами и медицинскими учреждениями. В сотнях различных протоколов установлены способности Григория Гравового дистанционно (на любом расстоянии) точно диагностировать людей и технику, излечивать и управлять материей, спасать от тяжелых болезней и катастроф.

Реализуются три книги Григория Гравового «Практика управления. Путь спасения», содержащие заверенные протоколы результатов работ Григория Гравового, расположенные таким образом, что последовательное чтение книг исцеляет и оптимизирует ваши события. Книги выпущены издательством А.В. Калашникова. К книгам прилагаются диски, содержащие тексты трехтомника, и цифровой файл контроля за оптимизацией. Чтение трехтомника передает знания пути спасения через реальную практику спасения. В трех томах расположены факты работ, которые провел Григорий Гравовой, применяя свои способности ясновидения, целительства и дистанционного управления материей, передающие в неясном виде информацию о прошлом, будущем, способах спасения и способах обучения ясновидению, целительству и управлению. В первом томе расположены факты точной диагностики самолетов и вертолетов гражданских авиакомпаний, космической техники, производственных процессов, договор об экстрасенсорной диагностике самолетов президента, членов правительства страны и пассажиров этих самолетов. Во втором томе расположены факты дистанционного управления материей. В третьем томе расположены факты диагностики людей, излечения от различных заболеваний (включая излечения от рака 4-й степени и СПИДа 4-й степени); воскрешения. Свидетельства трехтомника о результатах Григория Гравового в области ясновидения, дистанционного целительства и управления событиями подписаны очевидцами, заверены печатями организаций, нотариально в ООН.

Содержание трехтомника по листам:
Том 1: листы с 4 по 6 дипломы, с 7 по 9 сертификаты лицензии, с 10 по 200 работы в УУГА, с 201 по 206 договор на экстрасенсорную диагностику самолетов, используемых для полетов президента и членов правительства и на экстрасенсорную диагностику пассажиров этих самолетов, с 207 по 216 договор о совместной деятельности; с 217 по 224 договор о восстановлении здоровья летного состава бесконтактным дистанционным способом, с 225, 226 свидетельства с 227 по 233 работы на ФМЗ, с 234 по 237: свидетельства о диагностике ТУ-144; с 238 по 241: протоколы диагностики космической техники из Центра управления полетами.
Том 2: листы с 251 по 283 встречи, с 284 по 290 диагностика шахт и машин; с 291 по 303: диагностика и воздействия в области программно-аппаратных средств и компьютеров; с 304 по 387 применение способностей ясновидения и дистантного управления для спасения от аварии, описание событий разных времен, управление событиями, погодой, машинами, НЛО, получения ответов без решения задач математики, физики, химии, с 388 по 418, ясновидение, предсказания, дематериализация; с 419 по 472 телепортация, материализация, с 473 по 504: исцеления от заболеваний; с 505 по 512: диагностика людей, с 513 по 755 исцеление от рака 4-й степени; с 756 по 761: восстановление жизни человека после его биологической смерти. Издательством реализуются труды Г.П. Гравового «Прикладные структуры создающей области информатики» и «Унифицированная система спасения, проведенной Григорием Гравовым, производятся цифровой диагностикой восстановления человека на клеточном уровне». Запись на прием к Григорию Гравовому в г. Москве производится по телефонам: (095) 796-48-88, 796-70-99.

Приобретение восстановительного комплекса, книг и методик Григория Гравового по телефону: (095) 961-09-77, E-mail: avtk@mail.org.ru
 Лицензия Комитета здравоохранения Москвы серии ЦЛМД № 8328/8324
 Информация в Интернете по адресу: www.Glgon-Grabovoi.ru

По горизонтали: 1. Околоток. 3. Шелот. 6. Посошок. 10. Курск. 11. Донос. 12. Летка. 13. Длина. 15. Воронка. 18. Архив. 19. Мука. 21. Целина. 24. Доктор. 26. Злость. 27. Жених. 28. Улов. 29. Жара. 31. Керн. 33. Докер. 35. Кариатида. 37. Тел. атр. 41. Фортуна. 42. Солоха. 44. Царапина. 45. Измена. 46. Катафалк. 48. Скелет. 49. Шатун. 51. Извилила. 52. Монарх. 57. Климат. 60. Секунда. 61. Лебедь. 62. Каин. 63. Свадьба. 65. Мот. 67. Триумвират. 69. «Травмата». 71. Ржанка. 73. Фрак. 75. Обух. 76. Сайгак. 78. Студент. 79. Диорама. 80. Акын. 81. «Культура». 82. Сосулкя.

МОСКОВСКАЯ
ЦЕЛИТЕЛЬНИЦА
Авиэтта
АРИСЯН
 Тел.: 191-45-91,
 311-77-50.
 Принимает:
 будни — с 10
 до 18 часов,
 суббота — с 10
 до 14 часов.

Израильский самородок,
 исцеляет силой Господней.
 Алкоголизм по фото, успех до 100%
 Восстановлю семью, верну отца
 детям, устраню соперницу
 Сниму порчу, сглаз, рид, прокля-
 тия; заговор на удачу.
 Исцеление хронич. заболеваний,
 кор. веса, гадание, ясновидение,
 просмотр судьбы, решение
 проблем
 И вместе слез у своих пациентов
 я вижу улыбки.
 Тел.: (095) 169-97-41, 120-37-68,
 921-15-19. Св. № 16/16833

СЧАСТЛИВЫМ?
 звоните:
291-66-27,
9.00-21.00 (ежедневно).
МГНОВЕННЫЕ ПРИВОРОТЫ.
ПРОВЕРЕННЫЕ МЕТОДЫ!

ДОБРЫЙ
ВОЛШЕБНИК
АРСУН
725-98-77
 Св. № 9/25475

БЫСТРЕЕ! ДЕШЕВЛЕ! ПРАКТИЧНЕЕ!
МУИИД
 Государственная. Профессия психолога,
 психотерапевта. Очно,очно, ускоренно.
 Диплом гособразца.
 Приглашаем местных координаторов.
 Тел. (095) 393-70-03, 114-47-45,
 183-96-27, с 9 до 13 час.
 Для писем: 115573, Москва, а/я 48.

ГАДАЮ:
КОФЕ, КАРТЫ
 Тел. 976-97-98.

В. Грачев
 профессор, народный
 целитель России,
 Мастер Рэки
 и космоэнергетики
предлагает услуги
 - Решение кармических
 проблем на генном уровне
 (снятие кармических наказа-
 ний, изменение судьбы).
 - Карта кармического
 воздействия.
 - Снятие негатива (кар-
 мический стаз, порча,
 проклятие, заклятие).
 - Избавление от более
 чем 200 заболеваний.
 - Изменение отрица-
 тельных кодов.
 - Диагностика чакр и
 работа с ними.
 - Космоэнергетика.
 - Помощь в безвыходных
 ситуациях.
 - Защита на разных уровнях.
 Тел.: (095) 445-49-33, 784-87-04.
 Св. № 16/16833

ИНТЕРЕСНО и НЕДОРОГО
 17-23 СЕНТЯБРЯ
 В. СЛОТНИКОВСКИЙ
 Не признает лису и мордобой

12 сентября в
 продаже появит-
 ся очередной но-
 мер еженедель-
 ника «Мир ТВ и
 кино», в кото-
 ром вы найдете
 подробную теле-
 программу, те-
 матические вы-
 борки передач, но-
 винки видеорынка
 с анонсами, ре-
 пертуар москов-
 ских кинотеатров
 с ценами на биле-
 ты и, конечно же,
 гороскоп, юмор,
 сканворд. И все
 это по очень до-
 ступной цене!

С ЛЮБИМЫМИ
НЕ РАССТАВАЙТЕСЬ!
БЕЗГРЕШНЫЕ ПРИВОРОТЫ.
РЕАЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ.
241-96-31 (без выходных).
Познайте ИСТИНУ!
 Помощь иногородним.

По вертикали: 1. Очевидец. 2. Кукловод. 3. Шарж. 4. Поклон. 5. Трогуар. 6. Под-
 яние. 7. Синод. 8. Шасси. 9. Камбала. 14. Лампочка. 16. Рукав. 17. Карта. 20. Катер.
 22. Лангуст. 23. Находка. 25. Бункер. 26. Завистник. 27. Жеребец. 29. Жбан. 30. Ана-
 моволка. 43. Арака. 47. Ленок. 48. Симулянт. 49. Штанга. 50. Рогатина. 42. Са-
 54. Роды. 55. Уста. 56. Займа. 58. Монстр. 59. Тысяча. 64. Дата. 66. Дурушник. 68.
 Рысак. 70. Аэробика. 72. Награда. 73. Фиеста. 74. Колдун. 76. Спирт. 77. Класс.



Группа американских студентов-медиков присутствовала на вскрытии тела опасного рецидивиста, погибшего в перестрелке во время очередной разборки. На студента процедура вскрытия произвела угнетающее впечатление, усугубленное мрачными рассказами о прошлом бандита. После этого ночью одной из студенток приснился кошмарный сон, где на нее напал тот самый преступник. Девушка рассказывала, что он стиснул ей горло руками и стал душить, от чего она и проснулась.

Подобные ночные кошмары для многих людей отнюдь не редкость. И ничего удивительного в этом сне студентки нет, но на шее девушки утром были обнаружены синие кровоподтеки! Удивлению окружающих не было предела: как может герой сна оставить свои следы наяву?

В психологической практике подобные явления называются стигматизацией. Зачастую она возникает по психологическим причинам. Вот и в истории, случившейся со студенткой, медики сочли кровоподтеки на ее шее своеобразными стигматами, появление которых было обусловлено сильным стрессом. Так ли это на самом деле? Или найдутся другие объяснения подобных явлений?

Известный исследователь жизни после смерти Уотсон приводит в своей книге «Ошибка Ромео» интересные случаи, происходившие с разными людьми во сне. Например, сентябрьским утром 1774 г. некий священник Альфонсо де Лигоро собирался отслужить мессу в тюрьме, но неожиданно крепко заснул. Он спал несколько часов, а когда проснулся, то сообщил, что был в Риме, где присутствовал при смерти папы Климента XIV. Сначала никто не сомневался, что священнику все это приснилось, но вскоре пришло известие о смерти папы. Что ж, возможно, это всего лишь совпадение. Однако впоследствии выяснилось, что все, кто стоял у постели умирающего, видели Альфонсо, слышали, как он читал молитвы, и даже беседовали с ним.

В октябре 1863 г. из Ливерпуля в США вышел парусник «Город Лимерик», на борту которого находился фабрикант из Коннектикута Саймон Уилмот, направляющийся к семье в Америку. Однажды ночью ему приснилось, что его жена вошла к нему в каюту в ночной рубашке, нерешительно постояла на пороге, затем приблизилась к мужу, поцеловала его в лоб и исчезла. На следующее утро сосед Уилмота по каюте без видимых на то причин вдруг перестал с ним раз-

говаривать. После настойчивых попыток выяснить, в чем дело, сосед возмутился: «Как вы можете позволять, чтобы женщина являлась к вам в таком виде!» Выяснилось, что, мучаясь бессонницей, сосед наяву увидел то же, что и Уилмот во сне. Когда судно пришло в Нью-Йорк, жена Уилмота сразу же спросила, не вспоминал ли он о ней во время путешествия. Она узнала о штормах в Атлантическом океане и услышала о гибели другого судна, поэтому очень беспокоилась за судьбу

**Во сне загадочный
потусторонний мир
открывает перед нами
свои двери. Порой сны
помогают узнать будущее
или совершить научное
открытие, а иногда
становятся настолько
реальным кошмаром,
что даже угрожают
нашей жизни...**

ПУТЕШЕСТВИЯ ЗА ГРАНЬЮ СНА

супруга. Однажды во сне она пересекла бурный океан, разыскала корабль, прошла сквозь его перегородки и увидела спящего мужа и смотрящего на нее в упор незнакомца. Она смутилась, на мгновение замешкалась, но, успокоившись, подошла к супругу, поцеловала его и удалилась. Она назвала точную дату происшествия и описала обстановку каюты.

Так что же происходит с людьми во сне? Как работает механизм этого странного раздвоения, когда человек спит и одновременно присутствует в другом месте?

По преданиям наших предков, когда человек спит, его душа вылетает из тела и путешествует, ее впечатления и составляют сюжеты снов, которые видят люди. Материалисты долго иронизировали над подобными суевериями, но так и не смогли противопоставить что-

нибудь конкретное этим фантазиям.

Тогда надо выяснить, что же такое душа и как она выглядит, когда отделяется от тела во время сна. Есть мнение, что структура человеческого организма многомерна по своей природе. Помимо физического тела, наш организм включает тонкий энергетический комплекс — очевидно, этот двойник и отделяется от тела в часы сна. Многовековые наблюдения показывают, что иногда он может уплотняться и становиться видимым. Но в каких случаях такое происходит? Ответить довольно сложно. Во время отделения тонкое тело продолжает сохранять связь с физическим, которую ясновидящие воспринимают как жгут или тонкую нить.

При сильном физическом и энергетическом истощении тонкое тело, выделившееся из физического, по каким-то причинам не может сразу вернуться обратно в физическую оболочку, и тогда наступает летаргический сон. Долговременное пребывание тонкого тела вне физического характерно и для больных, которые находятся в коматозных состояниях.

А что происходит во сне с нашими двойниками? Оказывается, они могут совершать весьма неожиданные действия, а также падать под воздействие других сил или существ иных измерений. Ведь, выделяясь из физического, тонкое тело оказывается в астральном пространстве, состоящем из того же вида материи,

что и наш тонкоматериальный двойник. Впрочем, он способен путешествовать и по физическому миру в считанные секунды преодолевая огромные расстояния.

Приведенные Уотсоном примеры показывают, что способно совершить астральное тело во сне. Их особенность состоит в том, что тонкое тело проявилось в уплотненной форме, стало видимым всем окружающим и внешне неотличимым от обычного человека. В подавляющем большинстве случаев тонкое тело невидимо. Исключение составляют маленькие дети, ясновидящие и... животные, так как они обладают так называемым астральным зрением. Способность животных видеть привидения известна давно. Не менее хорошо воспринимают они и обычные перемещения тонких материальных фантомов человека в пространстве. Уотсон в своей книге приводит пример такого взаимодействия. «Одна приятельница рассказывала, как во сне видела, что выходит из спальни, проходит через все комнаты, в одной из которых сидит ее муж и читает, а затем возвращается в постель. Когда она проснулась, три ее кошки находились на полу у кровати, с беспокойством глядя на хозяйку, а муж сказал, что животные обошли только что весь дом. Они точно-точно повторили приснившийся ей путь, как будто шли по пятам за своей хозяйкой».

Так за кем же шли кошки? Действительно, за своей хозяйкой, только во сне она совершала прогулку по комнатам в своем тонком теле, а не в физическом. Муж не увидел фантом супруги, а вот ее четвероногие друзья не только признали хозяйку, но и забеспокоились, чувствуя некую разницу между ее привычным физическим образом и тонкоматериальным двойником.

А какова же деятельность тонкого тела во сне? Его действия могут продолжать работу физического тела и привычную земную активность сознания. Приведенные примеры относятся именно к этой области — двойники действовали в земном пространстве. Но, помимо физического, в космосе существуют другие миры и уровни жизни. Наше тонкое тело создано материей иных измерений и принадлежит уже не столько физическому, сколько иному миру, поэтому оно может улетать в другие миры, встречать там друзей или врагов, подвергаться нападениям или получать неожиданную помощь, а также обучаться не доступным пока человеку наукам и постигать великие тайны мироздания.

Николай ЮРЬЕВ

Ж

а одной из улиц голландского города Росендал 17 марта 2001 г. разыгралось самое настоящее сражение. кот вступил в единоборство с огромной крысой. Однако силы были не равны, поскольку крыса оказалась поистине гигантской — длина ее туловища превышала 30 см. Протуповища, не решаясь приблизиться к месту баталии, обратились к полицейскому, чтобы тот вступился за кота и разогнал дерущихся. Страж порядка схватил услужливо поданную ему метлу и огрел крысу по спине. Метла сломалась, а крыса даже не испугалась. В борьбе за собственную репутацию храброму полицейскому удалось все-таки кое-как оттеснить крысу от кота и обломком метлы смахнуть агрессора в ближайший ручей. Кот тем временем успешно ретировался.

Тут следует сказать, что этот эпизод характерен для нашей действительности, ибо крысы (и их союзники — мыши) идут сейчас в массированное наступление одновременно по всем странам и континентам.

Например, после вывода войск НАТО из Косово там объявилось новое войско — крысиное. Особенно серьезно это ощутил на себе город Приштина. Врачи рассказывают, что ежедневно в больницы города поступает не менее десяти человек с инфекционными заболеваниями, разносчиками которых являются крысы. Подобное происходит и в других местах.

В мае 2000 г. Тегеран осадили полчища грызунов. Армия захватчиков насчитывала примерно 25 млн. особей. Стены города покрылись плакатами, призывающими уничтожить врага. На растяжке в центре города написано: «Тегеран — это наш город или крысиное гнездо?» На другом транспаранте начертано, что грызуны переносят вирусы более 30 опасных болезней. По численности крысы и мыши превосходят количество жителей Тегерана в соотношении 2:1. Власти Ирана импортировали из Великобритании 45 т сильной отравы, открыли 400 сайтов в Интернете, бесплатно распространяющих крысиный яд, но все безуспешно. Скупенность строений и водные каналы, пересекающие город, обеспечивают грызунам прекрасные условия для размножения.

Весной 2000 г. гигантские водяные крысы заполонили знаменитый Театр оперы и балета в Сиднее. В Австралии этот эндемичный вид грызунов находится под охраной государства, так что санитарные службы города даже не имеют права их истреблять. Считается, что угрозы здоровью человека от громадных грызунов не представляют, однако лицезреть их не хочется.

Известный исследователь жизни после смерти Уотсон приводит в своей книге «Ошибка Ромео» интересные случаи, происходившие с разными людьми во сне. Например, сентябрьским утром 1774 г. некий священник Альфонсо де Лигворо собирался отслужить мессу в тюрьме, но неожиданно крепко заснул. Он спал несколько часов, а когда проснулся, то сообщил, что был в Риме, где присутствовал при смерти папы Климента XIV. Сначала никто не сомневался, что священнику все это приснилось, но вскоре пришло известие о смерти папы. Что ж, возможно, это всего лишь совпадение. Однако впоследствии выяснилось, что все, кто стоял у постели умирающего, видели Альфонсо, слышали, как он читал молитвы, и даже беседовали с ним.

В октябре 1863 г. из Ливерпуля в США вышел парусник «Город Лимерик», на борту которого находился фабрикант из Коннектикута Саймон Уилмот, направляющийся к семье в Америку. Однажды ночью ему приснилось, что его жена вошла к нему в каюту в ночной рубашке, нерешительно постояла на пороге, затем приблизилась к мужу, поцеловала его в лоб и исчезла. На следующее утро сосед Уилмота по каюте без видимых на то причин вдруг перестал с ним раз-

ПУТЕШЕСТВИЯ ЗА ГРАНЬЮ СНА

супруга. Однажды во сне она пересекла бурный океан, разыскала корабль, прошла сквозь его перегородки и увидела спящего мужа и смотрящего на нее в упор незнакомца. Она смутилась, на мгновение замешкалась, но, успокоившись, подошла к супругу, поцеловала его и удалилась. Она назвала точную дату происшествия и описала обстановку каюты.

Так что же происходит с людьми во сне? Как работает механизм этого странного раздвоения, когда человек спит и одновременно присутствует в другом месте?

По преданиям наших предков, когда человек спит, его душа вылетает из тела и путешествует, ее впечатления и составляют сюжеты снов, которые видят люди. Материалисты долго иронизировали над подобными суевериями, но так и не смогли противопоставить что-

нибудь

конкретное.

этим фантазиям.

Тогда надо выяснить, что же такое душа и как она выглядит, когда отделяется от тела во время сна. Есть мнение, что структура человеческого организма многомерна по своей природе. Помимо физического тела, наш организм включает тонкий энергетический комплекс — очевидно, этот двойник и отделяется от тела в часы сна. Многовековые наблюдения показывают, что иногда он может уплотняться и становиться видимым. Но в каких случаях такое происходит? Ответить довольно сложно. Во время отделения тонкого тела продолжает сохранять связь с физическим, которую ясновидящие воспринимают как жгут или тонкую нить.

При сильном физическом и энергетическом истощении тонкое тело, выделившись из физического, по каким-то причинам не может сразу вернуться обратно в физическую оболочку, и тогда наступает летаргический сон. Долговременное пребывание тонкого тела вне физического характерно и для больных, которые находятся в коматозных состояниях.

А что происходит во сне с нашими двойниками? Оказывается, они могут совершать весьма неожиданные действия, а также попадать под воздействие других сил или существ иных измерений. Ведь, выделяясь из физического, тонкое тело оказывается в астральном пространстве, состоящем из того же вида материи,

путь, как будто шла по тлущей своей хозяйкой». Так за кем же шли кошки? Действительно, за своей хозяйкой, только во сне она совершала прогулку по комнатам в своем тонком теле, а не в физическом. Муж не увидел фантом супруги, а вот ее четвероногие друзья не только признали хозяйку, но и забеспокоились, чувствуя некую разницу между ее привычным физическим образом и тонкоматериальным двойником.

А какова же деятельность тонкого тела во сне? Его действия могут продолжать работу физического тела и привычную земную активность сознания. Приведенные примеры относятся именно к этой области — двойники действовали в земном пространстве. Но, помимо физического, в космосе существуют другие миры и уровни жизни. Наше тонкое тело создано материей иных измерений и принадлежит уже не столько физическому, сколько иному миру, поэтому оно может улетать в другие миры, встречать там друзей или врагов, подвергаться нападениям или получать неожиданную помощь, а также обучаться не доступным пока человеку наукам и постигать великие тайны мироздания.

Николай ЮРЬЕВ

ХОЗЯИН ВЕТРОВ

В управлении одной из железных дорог Канады имеется в штате необычная должность — предсказатель ветра. Дело в том, что в районе прохождения железной дороги очень часто бывают сильные ветры, скорость которых достигает порой 100 км/ч. Однажды мощный ураган «выдул» груз из 400 открытых вагонов, нанеся огромный ущерб. С той поры и состоит на службе в государственном учреждении предсказатель ветра. Его обязанности в течение многих лет исполнял Лош Магдугал, который не только хорошо знал местные климатические условия, но и обладал даром предчувствовать приближение ветреной погоды. Интересно, что такие же способности обнаружились и у его сына, которому пост предсказателя достался по наследству.

КОМПЬЮТЕРНАЯ ТЕЛЕПАТИЯ

Катал О'Филбин из Лондона, увы, не может двигать руками, но, как и положено истинному британцу, не считает свою инвалидность поводом для уныния и хандры. Вместо того чтобы тратить время на жалобы, Катал, надев на голову красную пластмассовую шапочку, снабженную электродами, в течение 210 минут внушал своему компьютеру три слова: «Футбольный клуб «Арсенал». Излишне объяснять, что он болеет именно за эту прославленную команду.

К сожалению, заветное заклинание так и не появилось на экране, но это не расстроило энтузиаста. «Думающая шапочка» — новейшая разработка одной из японских компаний, и, по мнению специалистов, ее ждет блестящее будущее. Во всяком случае, она наверняка сможет заменить устройства для общения с компьютером посредством голоса. Программа, распознающая поступающие из мозга сигналы, будет кодировать их и передавать в понятной компьютеру форме в операционную систему Windows-2000.

Журнал «Техническое обозрение» считает телепатическое управление компьютером одной из тех 10 зарождающихся технологий, которые в ближайшем будущем окажут огромное влияние на жизнь человека.

ПРЕДВИДЕТЬ НЕВОЗМОЖНО

Сильнейшие разрушительные землетрясения, из года в год уносящие тысячи человеческих жизней, постоянно происходят на нашей планете. До сих пор нет ответа на вопрос: а можно ли предсказать землетрясение?

Неутешительный ответ дал один из крупнейших специалистов по этим проблемам — профессор геофизики Токийского университета Наоши Хирата. На пресс-конференции в Токио он заявил, что физические и геологические факторы, вызывающие землетрясения, настолько неустойчивы, что точное прогнозирование их изменений на данном этапе развития науки представляется невозможным. Он уверен, что со временем человек научится предсказывать катастрофы так же, как и погоду, но произойдет это не ранее, чем через 10 или 20 лет.

Профессору Хирате можно верить, ведь в Японии — стране, более других подверженной подземным ударам стихии, уделяют этой



проблеме огромное внимание. В Японии более тысячи сейсмографических станций, охватывающих всю ее территорию и оснащенных самой современной аппаратурой. К тому же японцы активно используют в этих же целях данные, полученные со спутников.

Но, несмотря на все усилия, японцы не смогли предсказать землетрясение 1995 г., стершее с лица Земли один из самых красивых го-

родов — Kobe и унесшее 6 тыс. жизней. Применительно к Японии Хирата объяснил причину землетрясений. Страна находится на стыке трех гигантских тектонических плит — Филиппинской, Тихоокеанской и Евразийской, которые медленно, но постоянно движутся навстречу друг другу.

Ученый сравнил одну из плит с пластмассовой линейкой, которую сгибает на краю стола напозающая на нее другая плита-линейка. Когда сгибание становится чрезмерным, она мгновенно распрямляется. В природе же аналогичное движение тектонических плит приводит к катастрофам.

Впрочем, японцы сумели научно обосновать гипотезу, согласно которой их ждет новое землетрясение огромной силы. Правда, они не знают, как скоро и где именно это произойдет.

МОЗАИКА



На одной из улиц голландского города Росендал 17 марта 2001 г. разыгралось

самое настоящее сражение: кот вступил в единоборство с огромной крысой. Однако силы были не равны, поскольку крыса оказалась поистине гигантской — длина ее туловища превышала 30 см. Прохожие, не решаясь приблизиться к месту баталии, обратились к полицейскому, чтобы тот вступился за кота и разогнал дерущихся. Страж порядка схватил услужливо поданную ему метлу и огрел крысу по спине. Метла сломалась, а крыса даже не испугалась. В борьбе за собственную репутацию храброму полицейскому удалось все-таки кое-как оттеснить крысу от кота и обломком метлы смахнуть агрессора в ближайший ручей. Кот тем временем поспешно ретировался.

Тут следует сказать, что этот эпизод характерен для нашей действительности, ибо крысы (и их союзники — мыши) идут сейчас в массированное наступление одновременно по всем странам и континентам.

Например, после вывода войск НАТО из Косово там объявилось новое войско — крысиное. Особенно серьезно это ощутил на себе город Приштина. Врачи рассказывают, что ежедневно в больницы города поступает не менее десяти человек с инфекционными заболеваниями, разносчиками которых являются крысы. Подобное происходит и в других местах.

В мае 2000 г. Тегеран осадили полчища грызунов. Армия захватчиков насчитывала примерно 25 млн. особей. Стены города покрылись плакатами, призывающими уничтожить врага. На растяжке в центре города написано: «Тегеран — это наш город или крысиное гнездо?» На другом транспаранте начертано, что грызуны переносят вирусы более 30 опасных болезней. По численности крысы и мыши превосходят количество жителей Тегерана в соотношении 2:1. Власти Ирана импортировали из Великобритании 45 т сильной отравы, открыли 400 сайтов в Интернете, бесплатно распространяющих крысиный яд, но все безуспешно. Скученность строений и водные каналы, пересекающие город, обеспечивают грызунам прекрасные условия для размножения.

В первой 2000 г. гигантские воля-

Ученые не раз высказывали мнение, что крысы и мыши близки человеку генетически.

Не случайно медицинские опыты ставят сначала на мышах и крысах, а уж потом на людях. А группа исследователей аномальных явлений из города Волжский, годами поддерживавшая контакт с каким-то существом из других то ли миров, то ли измерений, получила от своего таинственного незримого собеседника весьма странное заявление: «Легче всего вам будет установить контакт... с крысами. Они ближе к вам. Потом идут дельфины... Так, как вы ведете себя в природе, жить нельзя, боюсь, что крысы заменят вас...»

с белым кончиком и перепонки на задних лапах.

В Новой Зеландии ситуация сложилась не лучше: крысы оккупируют самые фешенебельные районы больших городов, таких, например, как Окленд. Разложенный повсюду крысиный яд — не идеальное средство борьбы с грызунами, потому что отравка угрожает существованию редкой новозеландской птицы кокако.

В Ирландии в июне 2000 г. ортопедическая хирургическая клиника Св. Марии была вынуждена закрыть 2 операционных блока и отменить 60 плановых операций — опять же из-за крыс.

А в июле 2000 г. ужасающая история о нашествии гигантских крыс на жилые кварталы появилась в газете «Нью-Йорк пост». Началось все после того, как в одном из районов стали менять канализационные трубы. На поверхность выбралась целая армия крыс, причем некоторые из них были размером с кошку. Кошки, кстати, их боятся, так что крысы безнаказанно носят по улицам и зданиям среди бедняков, а по ночам обходятся с

представители властей, органов здравоохранения и полиции. Специалисты, собравшиеся в Колумбийском университете, были вынуждены констатировать, что местные крысы крупнее прочих, быстрее размножаются и дольше живут.

Но, как это ни удивительно, борьба с крысами не находит всеобщей поддержки. В мае 2000 г. борцы за права животных выступили в защиту крыс и даже организовали акцию протеста в американ-

лышка умерла, когда хвостатые твари выели у нее глаз и часть лица.

Крысы, похоже, осваивают и воздушное пространство. В июне 2000 г. позорное ЧП произошло в самолете, летевшем из Кувейта в Каир. 176 пассажиров рейса истошно закричали, когда по проходу между рядами кресел промчалась громадная крыса. Но это был отнюдь не единичный пробег. Удовольствие созерцать крысиные передвижения

оборудование по уничтожению грызунов. В Куала-Лумпур одна из частных фирм разработала более 300 всевозможных приспособлений для борьбы с крысами. Самый многообещающий прибор представляет собой канистру, которая автоматически разбрызгивает отраву вокруг себя, благодаря чему может использоваться в ночное время в магазинах и офисах. В апреле 2001 г. в газете «Стар» сообщалось, что ловушки «Экорэт» оказались весьма результативными и популярными. В учреждениях их стали прибивать к стене, чтобы не воровали.

На Барбадосе в одной из средних школ учителя и ученики, особенно девочки, наотрез отказываются ходить на занятия, потому что боятся крыс. В феврале 2001 г. школу пришлось из-за этого закрыть. Когда указом свыше попытались возобновить занятия, школьницы устроили массовую демонстрацию напротив здания Министерства образования.

В июне 2001 г. поступило сообщение, что крысы грозят затопить столицу Вьетнама. Миллионы громадных крыс прогрызли плотину, защищающую город от разливов реки Красная. Из-за обилия грызунов низинную часть Ханоя прозвали Крысиный Замок. Неоднократные попытки истребить крыс успехом не увенчались. Теперь за уничтоженных грызунов выплачивается вознаграждение, а крысиное мясо продается в Ханое повсюду — как продукт питания для местного населения. Но, спрашивается, что делать крысам внутри плотины? Оказывается, они устроили себе там жилище и по ночам совершают набег на близлежащие рисовые поля. Рассказывает Хоанг Ван-Хуонг, представитель городской администрации: «Это очень умные животные, они научились распознавать все наши ловушки и яды. Но мы не можем отремонтировать плотину, пока уровень воды не спадет до нужной отметки, а это будет не раньше октября. До тех пор придется отлавливать крыс на полях».

В некоторых районах Индии рост крысиного поголовья стал угрожать населению голодом, ведь грызуны уничтожают огромное количество зерна и других съестных припасов. Меры принимаются самые разные. В северо-восточном штате Мизорам, например, власти

КРЫСЫ ЗАВОЕВЫВАЮТ МИР

В мае 2000 г. Тегеран осадили полчища грызунов. Армия захватчиков насчитывала примерно 25 млн. особей. Стены города покрылись плакатами, призывающими уничтожить врага. На растяжке в центре города написано: «Тегеран — это наш город или крысиное гнездо?» На другом транспаранте начертано, что грызуны переносят вирусы более 30 опасных болезней. По численности крысы и мыши превосходят количество жителей Тегерана в соотношении 2:1. Власти Ирана импортировали из Великобритании 45 т сильной отравы, открыли 400 сайтов в Интернете, бесплатно распространяющих крысиный яд, но все безуспешно. Скудность строений и водные каналы, пересекающие город, обеспечивают грызунам прекрасные условия для размножения.

Весной 2000 г. гигантские водяные крысы заповилили знаменитый Театр оперы и балета в Сиднее. В Австралии этот эндемичный вид грызунов находится под охраной государства, так что санитарные службы города даже не имеют права их истреблять. Считается, что угрозы здоровью человека эти громадные грызуны не представляют, однако лицезреть их — занятие малоприятное: они крупнее обычных, имеют длинные шерстистые хвосты

рациона больших городов, таких, например, как Окленд. Разложенный повсюду крысиный яд — не идеальное средство борьбы с грызунами, потому что отравы угрожает существованию редкой новозеландской птицы кокако.

В Ирландии в июне 2000 г. ортопедическая хирургическая клиника Св. Марии была вынуждена закрыть 2 операционных блока и отменить 60 плановых операций — опять же из-за крыс.

А в июле 2000 г. ужасающая история о нашествии гигантских крыс на жилые кварталы появилась в газете «Нью-Йорк пост». Началось все после того, как в одном из районов стали менять канализационные трубы. На поверхность выбралась целая армия крыс, причем некоторые из них были размером с кошку. Кошки, кстати, их боятся, так что крысы безнаказанно носятся по улицам и зданиям среди бела дня, а по ночам обстановка еще страшнее. Если выйти из дома с наступлением темноты, запросто можно увидеть 20–30 грызунов, резвящихся прямо у дверей. Повсюду появились прорытые крысами норы размером с бейсбольный мяч. Маленьких детей по вечерам боятся выпускать из дома. Власти и санитарные ведомства бессильны. Дошло до того, что в ноябре 2000 г. пришлось созвать в Нью-Йорке первый в истории саммит по крысиным проблемам, на котором присутствовали ученые,

представители властей, органов здравоохранения и полиции. Специалисты, собравшиеся в Колумбийском университете, были вынуждены констатировать, что местные крысы крупнее прочих, быстрее размножаются и дольше живут.

Но, как это ни удивительно, борьба с крысами не находит всеобщей поддержки. В мае 2000 г. борцы за права животных выступили в защиту крыс и даже организовали акцию протеста в американском штате Огайо. Почему? Потому, что в рекламе рулетки была изображена крыса, которую раскрутили на колесе. Участники акции заявили, что это жестокость, которая негативно скажется на воспитании детей, и уж тем более подобная реклама неприемлема для католического прихода.

Нетрудно представить, что сказали бы этим защитникам животных родители девочки из Южной Африки, изгрызенной крысами. В апреле 2000 г. в Аттердигенвилле (неподалеку от Претории) проводилось судебное расследование. Трехлетняя ма-

лышка умерла, когда хвостатые твари выели у нее глаз и часть лица.

Крысы, похоже, осваивают и воздушное пространство. В июне 2000 г. позорное ЧП произошло в самолете, летевшем из Кувейта в Каир. 176 пассажиров рейса истошно закричали, когда по проходу между рядами кресел промчалась громадная крыса. Но это был отнюдь не единичный пробог. Удобствие созерцать крысиные передвижения растянулось на все четыре часа полета. Лишь по прибытии самолета в Каир санитарные службы аэропорта закрыли салон на два часа и приступили к охоте. Неизвестно, правда, удалось ли поймать юрких «террористов».

В Малайзии власти города Кота-Кинабалу предложили вознаграждение в 19 пенсов каждому, кто выловит или уничтожит крысу. Всего будет проведено 6 таких кампаний. Предусмотрены и специальные призы для особо отличившихся крысоловов. Как сообщалось в газете «Стрейтс таймс» от 25 мая 2001 г., решено открыть специальную выставку, на которой будет рекламироваться самое передовое

лать крысам внутри плотины? Оказываются, они устроили себе там жилище и по ночам совершают набег на близлежащие рисовые поля. Рассказывает Хозанг Ван-Хуонг, представитель городской администрации: «Это очень умные животные, они научились распознавать все наши ловушки и яды. Но мы не можем отремонтировать плотину, так как урочище, куда мы спускаем нужную отраву, в это время находится под водой».

До тех пор придется отлавливать крыс на полях». В некоторых районах Индии рост крысиного поголовья стал угрожать населению голодом, ведь грызуны уничтожают огромное количество зерна и других съестных припасов. Меры принимаются самые разные. В северо-восточном штате Мизорам, например, власти стали скупать у населения крысиные хвосты — для упрощения статистики. За каждый сдаваемый хвост выплачивается одна рупия. И это, пожалуй, самое действенное средство борьбы. Предыдущая кампания такого рода привела к уничтожению более чем 200 тыс. крыс. В июле 2001 г. газета «Эйшизн эйдж» писала, что угроза голода по вине крыс вполне реальна, так что фонды на скупку крысиных хвостов пришлось резко увеличить.

И все же приходится констатировать, что, несмотря на все принимаемые меры, крысиное поголовье планеты продолжает неуклонно расти.

Александр СЕРДЮК

НЕ ШУТИ С ДЬЯВОЛОМ...

Англичанин Дерик Найт имел весьма пеструю клиентуру: лорды, бизнесмены, адвокаты, политики, артисты и их жены. Все они обращались к нему с просьбой... изгнать из них дьявола. Найт старался как мог, о чем свидетельствуют его гонорары — за весьма непродолжительное время он заработал 200 тыс. фунтов стерлингов. Но мага арестовали за шарлатанство. По показаниям потерпевших, он брал деньги, но «подряд» не выполнял. В ходе судебного разбирательства имена клиентов, то есть потерпевших, не называли, но приговор был предан огласке: 50 тыс. штрафа и 7 лет тюрьмы. Адвокаты построили защиту своего клиента на тех фактах, что пророчества большинства предсказателей и гадалок не сбываются, но никто их не привлекает к судебной ответственности. Судья отверг подобную аналогию: в отличие от гадалок, Найт брал деньги за конкретную работу, но так



ее и не выполнял. Но тут невольно возникает вопрос к судье: а как, собственно, определить — выполнил или не выполнил? Юридический тупик...

А антиквар Джерри Джессон из австралийского города Теннант-Крик получил письмо, в котором на красивом фирменном бланке под «шапкой» «Бюро астрологических прогнозов» содержался настоятельный совет не выходить на следующий день из дома, поскольку якобы расположение звезд будет неблагоприятным именно для Джессона.

Антиквар решил не искушать судьбу и весь следующий день просидел дома. Мошенники своего добились: когда Джессон явился через сутки в магазинчик, оказалось, что все самые ценные вещи исчезли.

Виктор РОЩАХОВСКИЙ

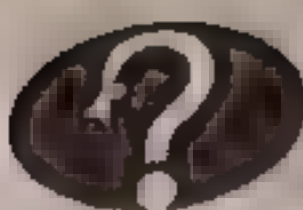
СКОМАНДУЙ ТЕЛЕФОНУ

Компания «Белл» (США) предлагает телефоны с самостоятельным набором номера по команде голосом. Достаточно, например, громко произнести: «Полиция!», и аппарат соединит вас с полицейским участком. Электронная память хранит до 40 таких команд. Это могут быть «Банк!», «Адвокат!», «Смит», «Лайза», «Джон» и т.д., то есть вы называете односложные имена, фамилии, названия учреждений — и телефон выполняет ваше задание.

«ПРОПИЛИ» СУБМАРИНУ

3 февраля 1958 г. по случаю спуска на воду второй шведской подводной лодки типа «Илерн» на военно-морской базе в Мальме состоялся пышный банкет, куда были приглашены офицеры и весь экипаж. На следующий день гости в прекрасном настроении вернулись на причал и обнаружили, что лодка... исчезла. Вначале было высказано предположение, что эта каверза подстроена иностранными агентами (сенсации о мнимых агентах в то время регулярно будоражили шведскую печать). Объявили тревогу, подняли на ноги все спецслужбы. Однако дальнейшее расследование установило, что когда последний член экипажа в спешке отправился на банкет, то... забыл задраить люк. Вечером поднялся сильный ветер, и вода стала постепенно заливать внутренние отсеки... Затонувшую лодку обнаружили на дне неподалеку от причала.

МОЗГАМКА



Синтоизм, который издревле исповедовали многие японцы, обожествляет все странное, выходящее за рамки привычного. Так, местом обиталища духов (японцы называют их «ками»), добрых или злых, может стать камень необычной формы, отдельно стоящее дерево, водопад... Сонм «ками» поистине неисчислимы, тем более что их ряды постоянно пополняются душами умерших.

Японцы давно научились жить в ладу с духами, которые зачастую не подразделяются на зловредных или добрых. Нужно только уметь умиротворить их молитвами, танцами, песнями, подношениями. И тогда «ками» может помочь в каком-то деле, оказать покровительство своему избраннику.

Так было в отдаленном прошлом, то же происходит и сейчас. Среди населения Страны восходящего солнца есть немало буддистов, христиан, в том числе и православных. Но большинство японцев, даже те, кто считает себя атеистами, обязательно заглянут под Новый год в синтоистский храм, чтобы, на минутку прикрыв глаза и хлопнув два раза в ладоши, привлечь внимание «ками», испросить у своего небесного покровителя поддержки в семейных или рабочих делах.

Но настоящей демонстрацией единства земного и потустороннего мира является праздник О-Бон, отмечаемый всей страной в середине августа. Это день поминовения умерших.

Считается, что в канун О-Бон души усопших возвращаются в родные дома, чтобы хоть немного пообщаться со своими потомками. Каждую душу, чтобы она не заблудилась, надо встретить и проводить в дом. Для этого улицы и входы в дома освещают фонариками и факелами, готовят специальные угощения.

В эти дни едят ли не вся Япония — верующая и неверующая — выходит на улицы городов и деревень, чтобы принять участие в танцах, предназначенных для утешения душ умерших. Это общение с ушедшими предками принимает поистине общенациональный характер.

Но потусторонний мир, даже столь плотно населенный мирадами «ками», этим не исчерпывается. Сами японцы условно делят его на три части — «юрай», «экай» и «о-бакэ». Все они в той или иной мере могут называться привидениями или оборот-

Когда речь заходит о привидениях, обычно перед мысленным взором встают окутанные туманом английские усадьбы с проплывающими по длинным темным коридорам бестелесными фигурами или западно-европейские замки, где в тайных подземельях скелеты давно скончавшихся узников перебирают звенья своих цепей.

Что ж, у Запада свои сказки и легенды, у Востока — свои. Давайте заглянем в сверхъестественный мир Страны восходящего солнца. Он также богат привидениями, оборотнями, чертями, злобными духами, хотя для рядового японца они гораздо ближе и понятнее, чем их западные «коллеги» для европейцев.

ПРИВИДЕНИЯ ПО-ЯПОНСКИ

Отличие японских привидений от «иностранных» (а они тоже могут время от времени смущать покой японцев) — в отсутствии ног. По ночам они заглядывают в окна, бродят по пустынным аллеям, прячутся в заброшенных домах, змеей выползают из старых бочек или пересохших колодцев.

Рассказы о «юрэй» давно стали неотъемлемой частью японского фольклора. Первое упоминание о них содержится в самом древнем письменном памятнике страны — антологии «Кодзики» (712 г.). Большинство пьес для национальных театров Но и Кабуки содержит упоминания о привидениях.

Вот типичная история, сохра-

подмостках. Она экранизирована, и этот сериал ежегодно демонстрируется по телевидению в августе.

Почему именно в августе? Как ни странно, в этом повинен японский климат. Летом на страну обрушивается невыносимая влажная жара, сопоставимая разве что с атмосферой в парной бане. Сейчас эта проблема решается с помощью

Известно, что японцы склонны к самоубийству. Вызван этот интерес к скорейшей смерти традиционными верованиями о сиюминутности и никчемности земной жизни, являющейся лишь своеобразной подготовкой к переходу в иной мир. Презрение к жизни стало основой самурайского кодекса чести. Так было в годы войны, так продолжается и теперь.

Встретившись с непреодолимым, на первый взгляд, препятствием, например неприятностями дома, на службе, в школе, японец не долго думая, добровольно по-

рии, то у профессора университета ночью звонит телефон и голос покончившего с собой год назад из-за несданного экзамена студента бормочет угрозы.

Конечно же, привидения чаще всего встречаются у кладбищ. В этом плане примечателен токийский транспортный туннель Сэнда-гая, проложенный под старинным кладбищем при храме Сэндзюин. Многие автомобилисты, проезжая по этому туннелю, потом с трудом приходили в себя, до смерти напуганные адскими ликами, пляшущими по его стенам, тенями, мелькающими перед капотом, перекошенными женскими лицами, заглядывающими в окна.

Вторая группа привидений — «экай» — не мстительна и потому гораздо менее опасна. К ним можно отнести японские варианты наших домовых, леших, водяных. Эти чудовища никогда не приближаются к человеческому жилью, живут собственной жизнью и сталкиваются с человеком, лишь когда тот вторгается в их владения.

Типичным представителем этого племени является водяной — каппа. Если верить преданиям, это сверхъестественное существо растет с 12-летнего мальчика, с лицом, напоминающим тигра, и телом, покрытым светло-зеленой чешуей. На макушке у каппы есть небольшое углубление, заполненное водой. Если вода в углублении высыхает или выливается из него, каппа теряет свою магическую силу. Но когда он «в форме», встреча с ним может кончиться трагически: водяной способен вырвать у человека печень. Впрочем, это когда каппа раздражен. В других случаях он миролюбив, обожает огурцы, а иногда даже помогает местным крестьянам с поливом рисовых полей.

Третья группа — «о-бакэ» — оборотни. Чаще всего в этой роли выступают барсуки и лисы. Барсук умеет прикидываться ношеной обувью, котелком и даже луной, но он сравнительно безобиден. Куда неприятнее встреча с лисой-оборотнем. Чтобы обмануть человека, она способна превратиться, например, в красивую девушку, принять облик родственницы. А делает она это для того, чтобы полакомиться дармовым угощением или украсть нужный ей предмет.

Но оборотень боится огня и ока-



или

Увидевшихся х предки что это ники, ви душ и г тых. Бо сочинял легенды с докум сать ра ческие торий с бора в ским ве дор воз рыва на шума м ним ут пришел прямо н крыльям чувший предста зи в обр реливак боватым Федора ьерез н 'видели змельча данное с показали дью, кол бес, пер исчер не

И в на цели св айоне А юсковье хотнико одстрел тку в лес :вой тро нием обн слека н нес сво стала об Учене нечестно льно п тных п ыбе м боль

ПРИВИДЕНИЯ ПО-ЯПОНСКИ

го мира является праздником О-Бон, отмечаемый всей страной в середине августа. Это день поминовения умерших.

Считается, что в канун О-Бон души усопших возвращаются в родные дома, чтобы хоть немного пообщаться со своими потомками. Каждую душу, чтобы она не заблудилась, надо встретить и проводить в дом. Для этого улицы и входы в дома освещают фонариками и факелами, готовят специальные угощения.

В эти дни едва ли не вся Япония — верующая и неверующая — выходит на улицы городов и деревень, чтобы принять участие в танцах, предназначенных для утешения душ умерших. Это общение с ушедшими предками принимает поистине общенациональный характер.

Но потусторонний мир, даже столь плотно населенный мирадами «ками», этим не исчерпывается. Сами японцы условно делят его «население» на три части — «юрэй», «ёкай» и «о-бакэ». Все они в той или иной мере могут называться привидениями или оборотнями, но у каждой из этих групп есть свои характерные черты.

Так, «юрэй» — это неприкаянные души умерших насильственной смертью. Им очень трудно найти успокоение, пока их убийца или обидчик не будет наказан. Облик их ужасен, хотя вне зависимости от того, кем был погибший — мужчиной или женщиной, он является в мир в женском обличье. Чаще они выглядят как полупрозрачные шары с одним, двумя, а то и тремя глазами, хотя в случае необходимости могут стать узнаваемыми.

Отличие японских привидений от «иностранных» (а они тоже могут время от времени смущать покой японцев) — в отсутствии ног. По ночам они заглядывают в окна, бродят по пустынным аллеям, прячутся в заброшенных домах, змеей выползают из старых бочек или пересохших колодцев.

Рассказы о «юрэй» давно стали неотъемлемой частью японского фольклора. Первое упоминание о них содержится в самом древнем письменном памятнике страны — антологии «Кодзики» (712 г.). Большинство пьес для национальных театров Но и Кабуки содержит упоминания о привидениях.

Вот типичная история, сохранившаяся в репертуаре Кабуки по сей день. Муж убивает жену, чтобы сойтись с другой женщиной. Умершая в страшных муках Оива начинает преследовать мужа, являясь ему бесформенной фигурой с горящими глазами, сверкающими из-под копны развевающихся волос. Муж видит ее то в зеркале, то в чашке с чаем, то в окне. Так продолжается до тех пор, пока брат погибшей не убивает злодея. Пьеса «Ёцуй кайдан» («История о привидении из Ёцуй»), рассказывающая о печальной судьбе Оивы, ставится не только на театральных

подмостках. Она экранизирована, и этот сериал ежегодно демонстрируется по телевидению в августе.

Почему именно в августе? Как ни странно, в этом повинен японский климат. Летом на страну обрушивается невыносимая влажная жара, сопоставимая разве что с атмосферой в парной бане. Сейчас эта проблема решается с помощью кондиционеров воздуха, а раньше истомленные зноем японцы спешили на берег океана или реки, где, попивая прохладительные напитки, слушали страшные рассказы соседей о привидениях. И ужас от услышанного, разбегаясь мурашками по спине, охлаждал кожу. Немудрено, что и поныне, составляя сетку вещания на летние месяцы, японские телевизионщики стремятся включить в нее побольше «страшилок».

Материалы для таких «ужастиков» в огромном количестве поставляют сама жизнь

Известно, что японцы склонны к самоубийству. Вызван этот интерес к скорейшей смерти традиционными верованиями о сиюминутности и ничтожности земной жизни, являющейся лишь своеобраз-

ной подготовкой к переходу в иной мир. Презрение к жизни стало основой самурайского кодекса чести. Так было в годы войны, так продолжается и теперь.

Встретившись с непреодолимым, на первый взгляд, препятствием, например неприятностями дома, на службе, в школе, японец, не долго думая, добровольно покидает этот мир. Несчастливые влюбленные прыгают в жерло вулкана, раскаявшийся гангстер вспарывает себе живот, а студент-неудачник глотает пачку снотворного. Каждый из токийских небоскребов ведет свою статистику самоубийц, прыгнувших с его крыши. Так что армия «юрэй» активно пополняется новыми действующими лицами. То в пустом зале в полночь начинает наигрывать пианино, то «оживает» скелет в лаборато-

каппа горит в «форме», встрече с ним может кончиться трагиче-ски: водяной способен вырвать у человека печень. Впрочем, это когда каппа раздражен. В других случаях он миролюбив, обожает огурцы, а иногда даже помогает местным крестьянам с поливом рисовых полей.

Третья группа — «о-бакэ» — оборотни. Чаще всего в этой роли выступают барсуки и лисы. Барсук умеет прикидываться ношеной обувью, котелком и даже луной, но он сравнительно безобиден. Куда неприятнее встреча с лисой-оборотнем. Чтобы обмануть человека, она способна превратиться, например, в красивую девушку, принять облик родственницы. А делает она это для того, чтобы полакомиться дармовым угощением или украсть нужный ей предмет.

Но оборотень боится огня и, оказавшись рядом с пламенем костра или факела, тут же принимает свой истинный облик. Разоблаченную обманщицу японцы чаще всего отпускают, взяв с нее слово больше не проказничать в этих местах.

Александр ЛАЗАРЕВ

Фото на обложке предоставлено журналом «Япония сегодня».

РИСК — БЛАГОРОДНОЕ ДЕЛО

Инстинкт самосохранения присущ всем живым существам, но сколько людей как будто и не подозревает о его существовании!

Американский инженер Отис придумал устройство, останавливающее лифт при обрыве троса. Но представители фирм, производивших лифты, лишь недоверчиво покачивали головами. Тогда Отис в 1854 г. построил лифт, нагрузил на его платформу бочки и сейфы, встал сам. Когда лифт поднялся на 10 м, инженер дал сигнал помощникам, и те перерубили тросы. Страховочный механизм остановил лифт.

Химик Лавуазье, чтобы обострить чувствительность глаз для работы со светом, полтора месяца просидел в темной комнате, обитой черным бархатом.

Русский физик Василий Петров, дабы определить наличие тока (чувствительных измерительных

Кто не рискует — тот не пьет шамп...уль БУЛЬ, БУЛЬ...



приборов тогда не было), срезал кожу с кончиков пальцев.

Н.Ф.Гамалея во время гражданской войны держал в своей квартире корову для получения вакцины против оспы и перед тем, как отдать вакцину в клинику, испытывал ее на себе.

Советский ученый Шаткин в 1961 г. ввел себе лабораторную культуру возбудителя трахомы и, чтобы получить полную картину заболевания, лечение начал только на 26-й день.

С той же целью выпил чистую культуру холеры во время эпидемии Илья Мечников, а доктор Гааз прилюдно поцеловал холерного больного в губы, чтобы доказать, что таким путем заразиться нельзя.

Немецкий инженер Лилиенталь, создатель планера, свыше 2 тыс. раз прыгал с обрыва с парой крыльев за плечами; во время последнего прыжка он разбился насмерть.

Русский академик Рихман был убит молнией во время опыта по изучению атмосферного электричества.

Римский историк и писатель Плиний Старший был так называемым кабинетным ученым: он не проводил собственных исследований и в своих трудах лишь обобщал познания того времени. Он погиб, спасая людей, во время извержения Везувия в 79 г. н. э.

МОЗГАМКА

РАЙ ДЛЯ БАБОЧЕК

Самым крупным в своем роде является заповедник бабочек на западном побережье полуострова Малакка. Участок площадью в целый гектар обтянут и накрыт огромной сетью, и там беззаботно порхают, собирая ароматы и нектар цветов, более 50 видов бабочек, окрашенных в самые невообразимые цвета.

ВСЕ НИЖЕ И НИЖЕ

Два года назад 36-летняя англичанка Черил попала в больницу в результате несчастного случая. Тогда ее рост был равен 152 см, а ныне составляет всего 148 см. Женщина не испытывает никаких болезненных ощущений и выглядит здоровой, однако, по мнению врачей, в ближайшие пять лет она уменьшится еще на 3—4 см.

Несчастье произошло дома: Черил хотела сесть на стул, но промахнулась и упала на пол. Сильнейшая боль пронзила шею, и она почувствовала ужасную пульсацию в голове. Муж тут же отвез ее в больницу, и там определили перелом позвоночника в области лопаток. Медики не верили своим глазам: по их мнению, совершенно невероятно, чтобы перелом произошел в таком месте.

Несколько недель женщина провела в клинике, там и установили изменение ее роста, однако причину этого определить не смогли. Врачи продолжили обследование ее костной ткани. В результате выяснилось: с тех пор, как Черил пять лет назад удалили матку и ее правая яйцеклетка больше не вырабатывает эстроген, содержание кальция в ее костях сократилось, что оказывает влияние на длину тела.

ЖАР-ПТИЦЫ, ИЛИ ЛЕТАЮЩИЕ БЕСЫ

Увидев перед собой переливающихся холодным огнем птиц, наши предки приходили в ужас, полагая, что это бесы, дьявольские посланники, витающие в поисках грешных душ и принимающие образ пернатых. Более романтичные натуры сочиняли об этом сказки и слагали легенды или, наоборот, старались с документальной точностью записать рассказы о чудесах в исторические хроники. Одна из таких историй сохранилась в летописи собора в Старой Ладогге. Сентябрьским вечером 1864 г. дьячок Федор возвращался домой вдоль обрыва над Волховом и, испугавшись шума крыльев пролетавших над ним уток, взглянул на стаю. Он пришел в ужас, когда увидел, что прямо на него движется машущий крыльями нечистый. Чуть не столкнувшийся с обрывом в реку бес предстал перед служителем церкви в образе светящегося гуся, переливающегося дьявольским голубоватым огнем. Сначала рассказам Федора никто не хотел верить, но через несколько дней жар-птицу увидели и другие люди. Не раз смельчаки пытались поймать невиданное создание, но все их усилия оказались тщетными. Поздней осенью, когда птицы улетели на юг, бес, переполошивший всю округу, исчез неведомо куда.

И в наши дни многие не раз видели сверкающих гусей и уток в районе Архангельска и даже в Подмоскovie. Один из моих знакомых охотников клянется, что в 1990 г. подстрелил вечером светящуюся утку в лесу под Егорьевском. Убрав свой трофей в сумку, он с удивлением обнаружил, что его руки тоже слегка мерцают. Правда, пока он нес свою жар-птицу до дома, она стала обыкновенной.

Ученые объясняют удивительное свечение некоторых пернатых довольно просто. По их мнению, на птичьих перьях селятся и плодятся особые микроорганизмы, которые при больших скоплениях создают

Не многим известно, что сказки о жар-птице и светящейся во тьме нечистой силе порождены явлением люминесценции, которое порой творит настоящие чудеса. Но, оказывается, и ныне при определенном стечении обстоятельств можно лицезреть в ночи светящихся птиц, рыб или даже людей, а любители путешествовать в тропиках порой становятся свидетелями фантастических огненных зрелищ и на воде, и под водой.

ТАИНА СВЕТЯЩИХСЯ БЕСТИЙ

эффект свечения. Со временем они даже могут погубить своего пернатого «хозяина».

МОРСКИЕ ОГНИ

С морями и океанами связано огромное количество удивительных явлений, которым современная наука не может дать объяснения. Например, что представляют собой гигантские светящиеся колеса, иногда появляющиеся в тропических морях? Судя по рассказам очевидцев, это поистине фантастическое зрелище. Огненные колеса с волнистыми спицами диаметром несколько десятков метров, враща-

ясь, движутся под водой, наводя ужас или восторженный трепет на людей. Сфотографировать их пока не удалось.

Фосфоресцирующие холодным светом полосы на воде можно лицезреть, даже не выбираясь в далекие океанские круизы. Нечто подобное довелось увидеть автору этих строк во время ночной прогулки на теплоходе по Черному морю в районе Сочи. Зрелище незабываемое. Небо было усеяно мириадами ярких звезд, отражающихся в бархатных волнах. С берега на нас маняще поглядывали редкие огоньки пригородных поселков, над ними горделивыми ис-

полинами возвышались спящие горы, тянувшиеся бесконечной чередой вдоль всего побережья. Вскоре я стал замечать, что вода все больше разгорается и переливается голубоватым светом, ярко полыхают гребни волн, а за теплоходом тянется светящаяся полоса. Несколько раз, разметав над водой огненные брызги, выныривал озорной дельфин, появляясь вновь и вновь и оставляя после себя потухающие огоньки...

Как правило, удивительное свечение под водой создают живущие там морские микроорганизмы. Могут светиться медузы, кальмары, креветки, некоторые виды рыб...

К примеру, светящиеся кальмары были открыты в 1834 г. французским натуралистом Верани, увидевшим на побережье Средиземного моря, близ Ниццы, как рыбаки поймали невиданное сверкающее существо, напоминающее осьминога, но имеющее не восемь, а десять щупалец. Позже таких кальмаров вылавливали в Гвинейском заливе возле побережья Южной Африки и в Индийском океане. Сияющие подводные твари, впрочем, так же, как и некоторые насекомые, обязаны своим свечением хемилюминесценции — переходу химической энергии в свет без затраты на тепло.

ПРОДЕЛКИ ЖУЧКОВ

Любоваться летающими или просто мерцающими где-нибудь в траве зеленоватым огнем светлячками доводилось почти каждому. Но самые любопытные собратья этих жучков обитают в тропиках. Научных объяснений этому феномену массового синхронного свечения пока нет. Иногда светлячки, словно саранча, рассаживаются на деревьях, занимая буквально каждый листочек. Свет их виден более чем за километр, а когда они начинают мигать, то никто из них не выбивается из общего ритма. Не раз ученые наблюдали удивительные зрелища в лесах близ Бангкока. Вот одно из таких описаний: «Несколько десятиметровых деревьев были усеяны светляками. Каждые полторы секунды дерево вспыхивало ярким зеленым светом, так что был виден каждый листок, а затем жуки гасили свои фонарики и все повторялось сначала...»

Между прочим, однажды светлячки спасли Кубу от нашествия неприятеля. В XVIII в. английская морская экспедиция высадилась на остров, ночью англичане вдруг увидели в лесу мириады огней. Колонизаторы приняли единодушное решение: надо отступать, пока не поздно, ибо силы неприятеля слишком велики, чтобы вступать с ним в бой.

Алексей ЗАГОРЯНСКИЙ



ШКОЛЕ ЭМИЛЯ БАГИРОВА – 4 ГОДА ЛАУРЕАТ НАЦИОНАЛЬНОЙ ПРЕМИИ «ЗОЛОТОЙ ВОДОЛЕЙ»

Свидетельство правительства Москвы – серия ЛП № 092407

ОБУЧЕНИЕ

работы необходим и канал

теперь пусть идет снег». Утром на

Недавно на учебн



охотников клянутся, что в 1990 г. подстрелил вечером светящуюся утку в лесу под Егорьевском. Убрав свой трофей в сумку, он с удивлением обнаружил, что его руки тоже слегка мерцают. Правда, пока он нес свою жар-птицу до дома, она стала обыкновенной.

Ученые объясняют удивительное свечение некоторых пернатых довольно просто. По их мнению, на птичьих перьях селятся и плодятся особые микроорганизмы, которые при больших скоплениях создают

МОРСКИЕ ОГНИ

С морями и океанами связано огромное количество удивительных явлений, которым современная наука не может дать объяснения. Например, что представляют собой гигантские светящиеся колеса, иногда появляющиеся в тропических морях? Судя по рассказам очевидцев, это поистине фантастическое зрелище. Огненные колеса с волнистыми спицами диаметром несколько десятков метров, враща-

не удались. Фосфоресцирующие холодным светом полосы на воде можно лицезреть, даже не выбираясь в далекие океанские круизы. Нечто подобное довелось увидеть автору этих строк во время ночной прогулки на теплоходе по Черному морю в районе Сочи. Зрелище незабываемое. Небо было усеяно мириадами ярких звезд, отражающихся в бархатных волнах. С берега на нас маняще поглядывали редкие огоньки пригородных поселков, над ними горделивыми ис-

редой вдоль всего побережья. Вскоре я стал замечать, что вода все больше разгорается и переливается голубоватым светом, ярко полыхают гребни волн, а за теплоходом тянется светящаяся полоса. Несколько раз, разметав над водой огненные брызги, выныривал озорной дельфин, появляясь вновь и вновь и оставляя после себя потухающие огоньки...

Как правило, удивительное свечение под водой создают живущие там морские микроорганизмы. Могут светиться медузы, кальмары, креветки, некоторые виды рыб...

был виден каждый листок, а затем жуки гасили свои фонарики и все повторялось сначала...»
Между прочим, однажды светлячки спасли Кубу от нашествия неприятеля. В XVIII в. английская морская экспедиция высадились на остров, ночью англичане вдруг увидели в лесу мириады огней. Колонизаторы приняли единомышленников, но отступать, пока не поздно, но они испугались слишком велики, чтобы вступить с ним в бой.

Алексей ЗАГОРЯНСКИЙ

ШКОЛЕ ЭМИЛЯ БАГИРОВА – 4 ГОДА ЛАУРЕАТ НАЦИОНАЛЬНОЙ ПРЕМИИ «ЗОЛОТОЙ ВОДОЛЕЙ»

Свидетельство правительства Москвы – серия ЛП № 092407

ОБУЧЕНИЕ

Занятия, как правило, начинаются со вторника. По вторникам с 11 до 17 ч. Лара Фусу проводит индивидуальные беседы со всеми желающими учиться. Скидки для врачей – 30 % на всех ступенях.

I и II ступень объединены – 200 у. е. в рублях по курсу, 6 дней подряд, со вторника по воскресенье включительно. Все осваивают диагностику, технику быстрого снятия боли (исключение – «острый живот»), очищения внутренних органов, чакр, биополя, снятия некротических привязок. Все умеют находить и блокировать геопатогенные зоны. Все ученики осваивают простые, но надежные методы защиты, не позволяющие во время работы перетягивать на себя или близких тревогу, заболевания, проблемы пациентов. Эта защита обладает одновременно и лечебным действием. Все проходят посвящение в универсальный канал ФАРУН-БУДДА, с помощью которого можно будет излечить любые заболевания.

Приехавшим издалека мы рекомендуем в первый приезд пройти I и II ступень – 2 посвящения в 2 канала – или хотя бы одно посвящение в канал ФИРАСТ, который эффективно и значительно быстрее, чем II ступень, очищает от всех видов колдовства людей, предметы, помещения, справляется с энергосущностями (черты, бесы), лечит энурез, варикозное расширение вен, тромбоз, флебит, гайморит, все ЛОР-заболевания. Для полноценной

работы необходим и канал ЗЕВС. Имея 3 канала, ученик уже может справиться с хроническим алкоголизмом, наркоманией, депрессией, одержимостью, ДЦП, отставанием в умственном развитии и мн. др.

IV ступень – посвящение в каналы МИДИ и ГЕКАС.

V ступень – поэтапное посвящение в 40 каналов для лечения животных, птиц, рыб, растений – канал ЛУГРА СУРИИ-САНЛАЙ лечит глазные, аллергические, кожные заболевания. Посвящение в канал астральных путешествий ДО рекомендуется пройти только после правильной наработки каналов IV ступени.

VI ступень – трехэтапное посвящение в Мастера. Новые каналы не открываются, т.к. цель – усиление целительской силы. Все Мастера уже могут посвящать в 2–4 канала и других людей, но только своих пациентов и только для того, чтобы они работали с собой.

Посвящение в Зороастризм мы рекомендуем пройти только после посвящения в Мастера.

Некоторые отрывки из письма нашей ученицы – Светланы Павловны из г. Ясный (ул. Свердлова, 4-5)

«Мне 60 лет, пенсионерка. После II ступени, сентябрь 2000 г., поехала домой, начала работать с собой и другими. Больше месяца пела песни (не пела лет 15). Одна вскопала огород – 8 соток, выкорчевала 15 деревьев, разобрала машину удобриений по всему саду (и все с песнями). Как только закончила всю работу, сказала: «Ну все, что надо, сделала».

теперь пусть идет снег». Утром на второй день глянула в окно, а во дворе зима, белым-бело. Ну не чудо ли! Вскоре люди, которых я лечила, буквально отправили меня на следующие посвящения. Я не хотела, т.к. был мороз, да и денег у меня не было. Город наш маленький, зарплата небольшая, даже в долг взять не у кого. Но они все собрали деньги, принесли, только поезжай. Мороз – минус 30, дети в школу не ходили, были освобождены, а в день моего отъезда погода изменилась – минус 7. Я опять удивилась».

«Лечила я Н., 18 лет, у которой после родов начался психоз. Родители вначале отказывались от госпитализации, затем уже сами хотели ее положить в психбольницу. Она не спала, не ела, не готовила. Плакала, говорила, что в голову лезут только плохие мысли. На сеансы ходила и ее мать. Вначале на сеансах у них были одинаковые видения. Затем Н. начала видеть черных страшных птиц, черную старуху (лицом напоминающую мать), черных чудищ с длинными когтями. После 10 сеансов видения у обеих были одинаковыми. После 20-го сеанса у матери исчез тяжелый взгляд, лицо посветлело. Полностью прошел остеохондроз, исчезла огромная холка на шее. Глаза светятся, голова не болит, люди не шарахаются от нее, как раньше. Дочь спит, появилось желание жить, улучшились отношения с мужем, ухаживает за своим ребенком, вяжет, готовит».

Другая ученица из Москвы, Алла Белоус, работая каналом МИДИ, привела домой потерявшуюся бабушку соседа.

Недавно на учебу приехала врач-педиатр из Норильска. На каждом занятии она спрашивала: «А смогу ли я вылечить бронхиальную астму? А аллергические заболевания?» Затем она прошла посвящение в каналы ФИРАСТ и ЗЕВС. Опять посыпались вопросы: «А смогу ли я то-то и то-то?» Тогда другая ученица, приехавшая из Владикавказа (т. 51-46-99), Маргиева Ирина Исидоровна, ей ответила: «Я прошла II ступень в прошлом году. Моя дочь страдала бронхиальной астмой с детства. В школу ходила с ингалятором. Я начала ее лечить интенсивно, и через 2 месяца она вылечилась полностью. Затем я начала лечить и других от самых разных заболеваний с таким же успехом».

Все возможно, если ученик трудится. Канал ФАРУН-БУДДА универсальный, и он действительно лечит все заболевания, правда медленно. Одни ученики творят чудеса одним лишь этим каналом (Сиц Тадеуш, Польша, поднял на ноги свою парализованную дочь; Наталья Максимовна, г. Родники, вылечила склеродермию, красную волчанку, болезнь Паркинсона; Фатима, г. Москва (397-56-66), справилась с язвенной болезнью, псориазом, хроническим алкоголизмом (сейчас у этих учеников уже больше каналов). В то же время другие ученики, имея по 15 простых мигреней, которая излечивается и без каналов, с помощью техники I ступени. Некоторые из них чуть ли не с

гордостью заявляют: «Не все же способны», хотя прекрасно знают, ибо мы об этом пишем в рекламах, книгах и проверяем на занятиях, что способности и таланты для успешной работы методом, которому обучает Эмиль, значения не имеют. Результаты в работе, конечно же, зависят от многих разных причин, в первую очередь – от чистоты души целителя или по крайней мере от стремления улучшить себя и не в последнюю очередь – от трудолюбия. Без труда добросовестного, с полной самоотдачей результатов быть не может. И тут никакие дополнительные каналы не спасут, ибо, кроме них, ученик должен и трудиться.

Уважаемые ученики! Просим вас присылать в школу отчеты о вашей работе, с полным и подробным описанием того, что вы делаете, думаете, представляете во время сеанса. Это нужно в первую очередь вам самим, т.к. из-за ошибок, которые вы допускаете в работе, в первую очередь страдаете вы.

ЖЕЛАЕМ ВАМ БОЛЬШИХ УСПЕХОВ ВО ВСЕМ!



Эмиль БАГИРОВ
Физик. Лауреат премии
«Золотой Водолей»,
номинация
«Целитель года» (1999)

● Избавление от слеза, порчи всех разновидностей («эгийет», «отворот», «завязка полового члена», «венец безбрачия», «на смерть», «на обнищание» и т.д.), проклятий, в т.ч. передающихся по роду, энергосущностей, «подключек», «привязок», в т.ч. некротических.

● Выведение из «черных полос». Открытие дорог навстречу удаче.

● Восстановление разрушенных или нарушенных взаимоотношений (родители – дети; между супругами, сотрудниками, партнерами).

● Лечение всех соматических заболеваний.

● Особо успешное (но длительное) лечение хронического алкоголизма, наркомании, депрессии, эпилепсии, энуреза, всех видов ЗПР и олигофрений, ДЦП, криволанки, сахарного диабета, рас. склероза, СПИДа.

● Повышение интеллектуальных и творческих способностей.

● Значительное улучшение судьбы.



Лара ФУСУ
Врач-психиатр. Кандидат
мед. наук. Психоаналитик

Наш адрес: г. Москва, ул. Новорязанская, 17.
Тел.: (095) 467-92-39, 304-32-00, 405-42-22, 755-89-55, 345-73-19; тел./факс 755-89-58.
E-mail: bagirov2000@mtu-net.ru Internet: www.bagirov.da.ru



Натан осторожно раскрыл древний манускрипт, подняв облако пыли. Дрожа от страха и предвкушения успеха, он переворачивал хрупкие страницы в поисках нужного ему заклинания.

Долгие годы длился поиск, прежде чем он смог окончательно определить, в каком из тысяч фолиантов хранится формула, вызывающая дьявола, и теперь держал в трясущихся руках эту бесценную книгу.

И наступил момент истины: действительно ли он этого хотел? Обречь бессмертную душу на вечные муки в аду ради земных удовольствий?

Да, решил он, хотел. Столько лет его шпыняли, столько лет он наблюдал, как разные мерзавцы наслаждаются жизнью, когда ему не доставалось ничего, кроме боли. Теперь-то он наконец посчитается с ними. Он хотел быть здоровым, богатым, чтобы никто не указывал ему на малый рост или неказистую внешность. Хотел жить достаточно долго, чтобы увидеть смерть своих мучителей. Причинять им особого вреда он, пожалуй, не собирался: так, немного позлорадствовать над их несчастьями.

Что же касается потери души, то он всегда считался неудачником, а на ангела тоже никак не тянул. Вполне возможно, что его душа попала бы в ад и своим ходом. Он сосредоточился на нужной странице, внимательно прочитал подробную инструкцию, которую, насколько он знал, в VII веке безумный монах написал кровью убитых девственниц. Он запомнил все: каждую деталь, каждую мелочь и, разумеется, точную последовательность ритуала.

Уверенный, что он ничего не упустил, Натан разделся, мелом нарисовал на полу снятой им комнаты пентаграмму, зажег семь черных свечей и произнес длинное, практически не выговариваемое заклинание, сопровождая его необходимыми пассами.

Понимая, что ожидания его полностью оправдались. Температура в комнате упала ниже точки замерзания воды, но, прежде чем из его рта вырвался парок, резко поднялась, стало жарко, как в сауне. Тонкий дымок от свечей встал, собрался в столб, который заполнил пространство над пентаграммой от пола до потолка. Натан застыл от пола до потолка. Громкая фигура возникла в центре пента-

граммы, вновь столкнулся с привычными атрибутами: чтобы добраться до нужного человека, надо преодолеть множество преград. Он-то надеялся избавиться от всего этого, продав душу. Ему хотелось стать богатым и независимым, дабы никто не посмел держать его в бесконечных очередях.

Ему надоело чувствовать себя маленькой, испуганной, больной козавкой, ползать бесконечные пинки, стареть, вот он и решился на отчаянный шаг.

В пентаграмме возник высокий мужчина в костюме в узкую поло-

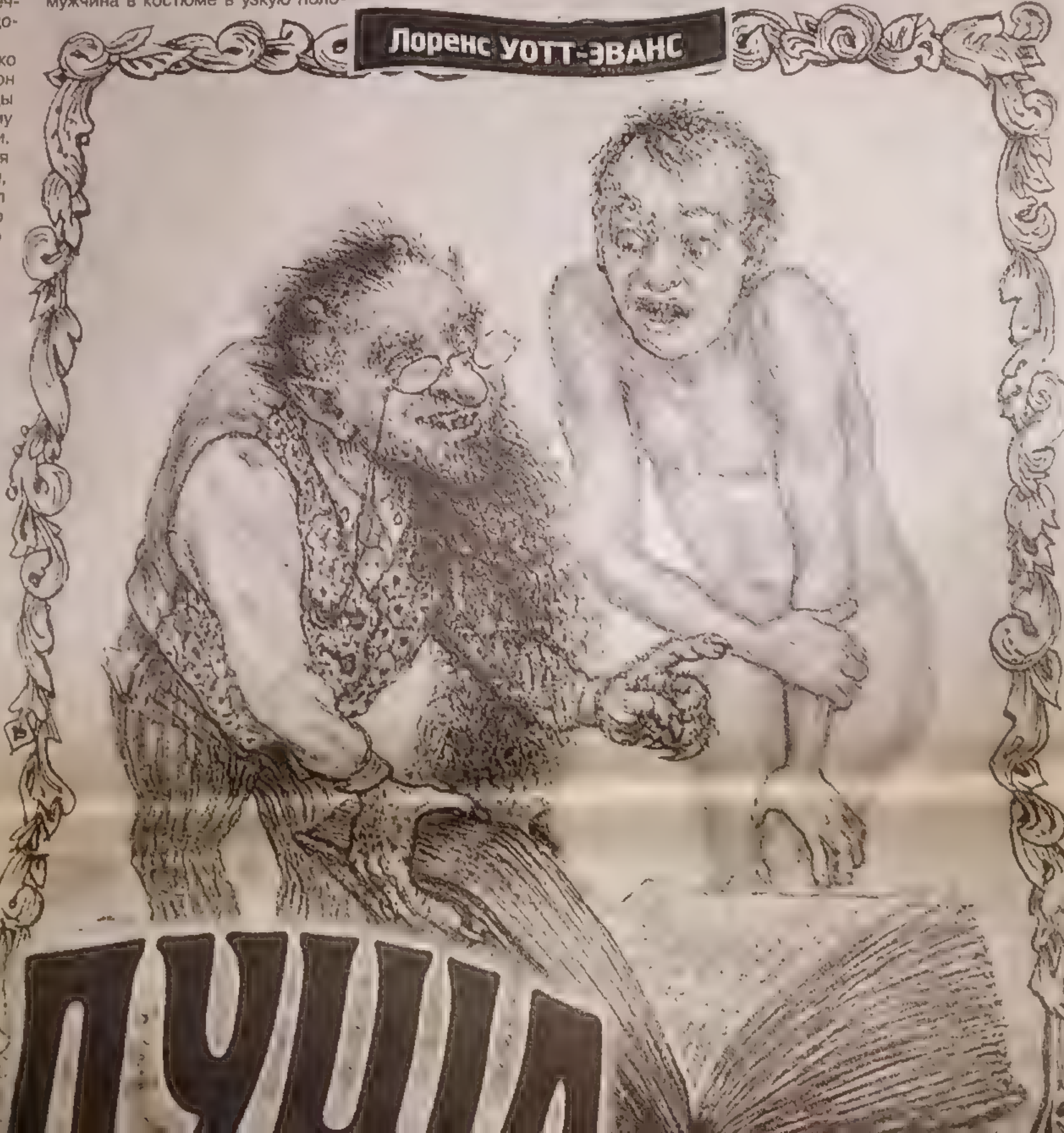
оборот, он помрачнел) поднял руку. Натан замолчал.

— Мистер... э...

— Натан Ранкель.

— Благодарю вас. Мистер Ранкель, мы стремимся выполнять все желания клиентов, пока они живы... — он выдержал паузу, вновь сверкнули зубы. — Так вот, у нас деловое предприятие, а не телешоу с раздачей слонов. Поэтому я очень сомневаюсь, что мы сможем удовлетворить ваши требования, если только вы не предложите нам очень уж необычную душу.

Лоренс УОТТ-ЭВАНС



большинстве душ довольно значительна. Всякий раз, когда вы пользуетесь нашими услугами, мы приобретаем дополнительные акции. Непосредственный контакт стал нынче анахронизмом, однако наш доход постоянно растет.

Натан мигнул. То, что он слышал, определенно ему не нравилось.

— Хорошо. Так сколько стоит та часть моей души, которая еще не принадлежит вам?

— Боюсь, я недостаточно знаком с вашим досье, мистер Ранкель... Вы не входите в число моих по-

— Вы родственник Гроссмейеров-Руныонсов? — полюбопытствовал тролль.

— Вроде бы нет, — вопрос оторвал Натана от приятных мечтаний.

— Это плохо.

В комнате вновь повисла тишина, нарушаемая лишь шелестом переворачиваемых страниц да скрипом половиц под переминающимся с ноги на ногу троллем.

— Ранкель, — пробормотал тролль. — Смешная какая-то фамилия. Жили когда-нибудь в Зимбабве?

— Нет.

— Это плохо, — кривой палец скользил по странице. — Натан Ранкель, говорите?

— Совершенно верно.

— Второе имя?

— Барнаби.

Троль злобно зыркнул на него.

— Могли бы и раньше сказать, — он перевернул несколько страниц.

— День рождения?

— Двадцатое июля...

— Да, сходится, — палец застыл. — Зачитать изменения цены, фактическую стоимость, перспективы?

— Полагаю, хватит и фактической стоимости.

— В чем?

— В долларах.

— Каких?

— Американских.

Троль что-то забубнил себе под нос, потом объявил:

— Семьдесят восемь долларов и одиннадцать центов.

У Натана отвисла челюсть.

— Так мало?

— Да, — тролль отвратительно улыбнулся. — Хотите получить увеличением продолжительности жизни или услугами?

Разговор, похоже, входил в нужное русло.

— И на сколько может удлиняться моя жизнь?

— На семнадцать часов и тринадцать минут... Мы можем увеличить этот срок втрое, если вы будете в коме.

— Какой от этого прок? — сгорччю спросил Натан.

Троль пожал плечами.

— Возможно, придет день, когда вам до зарезу потребуются эти самые семнадцать часов.

— А как насчет женщин? — спросил Натан, теряя надежду.

Троль обдумал вопрос.

— Несовершеннолетняя девушка ординарной наружности может влюбиться в вас на три недели или вы проведете одну ночь со слегка подвыпившей домохозяйкой

насколько он знал, в VII веке де-зумный монах написал кровью уби-енных девственниц. Он запомнил все: каждую деталь, каждую ме-лочь и, разумеется, точную после-довательность ритуала.

Уверенный, что он ничего не упустил, Натан разделся, мелом нарисовал на полу снятой им ком-наты пентаграмму, зажег семь чер-ных свечей и произнес длинное, практически не выговариваемое заклинание, сопровождая его не-обходимыми пассажами.

Поначалу он решил, что ожида-ния его полностью оправдались. Температура в комнате упала ниже точки замерзания воды, но, прежде чем из его рта вырвался парок, резко поднялась, стало жарко, как в сауне. Тонкий дым от свечей сгустился, собрался в столб, кото-рый заполнил пространство над пентаграммой от пола до потолка. В комнате потемнело, жуткий смех эхом отразился от стен. Громад-ная, бесформенная фигура возник-ла среди дыма, в центре пента-граммы.

Натан смотрел во все глаза. Де-вять футов роста, рыжевато-бурая шерсть, пара внушительных рогов, царапающих потолок, сверкающие золотом глаза — то ли человек, то ли козел. Стояло существо на двух ногах, голос его напоминал паро-вой двигатель, выведенный на мак-симальную мощность.

— Изложите вашу просьбу моей секретарше.

И существо исчезло так же вне-запно, как и появилось, а его мес-то заняла симпатичная молодая блондинка, стоящая в пентаграмме в чем мать родила, с падающими на плечи волосами, в очках с то-нюсенькой оправой, с блокнотом и карандашом.

— Чем могу вам помочь? — осве-домилась она.

Натан не находил слов, и лишь нетерпеливый взгляд блондинки заставил его промямлить:

— Я пытаюсь вызвать дьявола.

Она кивнула:

— Да, вы произнесли правиль-ное заклинание, хотя оно уже дав-но не используется, но, боюсь, Лю-цифер очень занят, ему дорога каждая минута, а вы не записыва-лись на прием.

— Я... Я хотел продать душу, как в книгах, стать богатым и знамени-тым, жить несколько столетий...

— Ага, так вам нужен отдел про-даж. Пожалуйста, подождите.

Она исчезла, оставив Натана та-ращиться на пустую пентаграмму. Свечи по-прежнему горели, дымок кружился. Его попросили подо-ждать, вот он и ждал, ни на секунду не забывая о том, что стоит голый.

Такого Натан и представить се-бе не мог. В старых книгах все описывалось иначе, а здесь он



ску и зубасто улыбнулся. Натан по-думал, что зубов у него больше, чем у нормального человека, и они намного острее. Но кто сказал, что перед ним человек?

— Извините, что заставил вас ждать, — изрек вновь прибывший.

— Чем могу помочь?

— Я хочу продать душу, — в го-лосе Натана прибавилось уверен-ности.

— Ну конечно, — кивнул мужчина, — Лилит об этом говорила. Что ж, вы попали в десятку, это моя рабо-та. Мы можем предложить вам наилучшие условия сделки, — он вновь улыбнулся и даже хохотнул.

В ответ Натан сумел выдавить из себя лишь кривую усмешку: если кто-то еще покупал души, может ему, Натану, нет смысла иметь де-ло с этими... людьми? Как бы то ни было, не исключено, что за ними числились обманы клиентов, поэто-му следовало держать ухо востро.

— Я хочу получить долгую жизнь, не меньше ста лет, здоровье, бо-гатство и много женщин...

Сотрудник отдела продаж (от улыбки не осталось и следа, на-

— Я ду-мал, что че-ловеческая ду-ша — сама по себе бесценный товар...

Мужчина усмехнулся.

— Дорогой мистер Ранкель, взгляните на мир, в котором живете. Последние сорок лет Натан только этим и занимался, поэтому не стал спрашивать, что имел в виду пришелец из преисподней.

«Этого следовало ожидать», — сказал он себе.

— Ладно. Тогда что я могу полу-чить за свою душу?

Мужчина поджал губы.

— Наобум говорить не буду. Ви-дите ли, нельзя сказать, что мы платим за вашу душу. Скорее речь идет о закладной, то есть гаран-тии, что мы получим ее после того, как закончится срок вашего пре-бывания на Земле. Поэтому стои-мость гарантии зависит не только от характеристик и качества кон-кретной души, но и от того, какая ее часть уже принадлежит нам и как скоро мы получим ее целиком. Откровенно говоря, наша доля в

стоянных клиентов. Прошу подо-ждать, я незамедлительно соединю вас с финансовым отделом, — он исчез прежде, чем Натан успел воз-разить.

На этот раз Натану не при-шлось долго ждать. Он не успел даже обругать мужчину, как в пен-таграмме появился тролль — гор-батый, уродливый, с толстой бух-галтерской книгой. Ко всему про-чему, он был в цветастой жилетке и с грязной бородой, волочащейся по полу.

— Как звать? — спросил тролль.

— Натан Ранкель, — ответил Натан.

Троль что-то пробормотал и уронил бухгалтерскую книгу, кото-рая с грохотом упала на пол. Троль присел на корточки, рас-крыл ее, достал из кармана жилет-ки пенсне, водрузил на нос и на-чал переворачивать страницы. На-тан почувствовал, что ничего хоро-шего его не ждет.

«Наверное, — решил он, — при-дется соглашаться на девяносто лет, кругленькую сумму, которая позволит не работать, и маленький гарем».

улыбнулся. — Хотите получить уве-личением продолжительности жиз-ни или услугами?

Разговор, похоже, входил в нуж-ное русло.

— И на сколько может удлинить-ся моя жизнь?

— На семнадцать часов и три-надцать минут... Мы можем уве-личить этот срок втрое, если вы бу-дете в коме.

— Какой от этого прок? — с горя-чью спросил Натан.

Троль пожал плечами.

— Возможно, придет день, когда вам до зарезу потребуются эти са-мые семнадцать часов.

— А как насчет женщин? — спро-сил Натан, теряя надежду.

Троль обдумал вопрос.

— Несовершеннолетняя девуш-ка ординарной наружности может влюбиться в вас на три недели или вы проведете одну ночь со слегка подвыпившей домохозяйкой.

— Не стоит беспокоиться, — от-махнулся Натан. — Это та цена, ко-торую вы можете дать за мою душу?

— Мир суров, — пожал плечами тролль. — И напрасно вы жалуетесь. Многим мы платим максимум десять «баксов».

— Могу в это поверить. Если вы про мерзавцев вроде тех, с кото-рыми я работаю.

Троль кивнул:

— Про тех, кто еще не работает на нас.

Натан мигнул.

— Работает на вас?

— Да, конечно. Вы же знаете, производитель денег не видит. Кто богатеет, так это посредники.

— Посредники?

— Конечно. Люди, которые заго-няют других в ад, — вновь тролль пожал плечами. — Среди них много добровольцев, они трудятся бес-платно, но есть и наемные работ-ники. На тридцать процентов ко-миссионных можно жить не тужить.

— Тридцать процентов, — задум-чиво повторил Натан.

«Все эти мерзавцы, которые столько лет топтали его, загоняя в пучину отчаяния... Некоторым за это еще и приплачивали. У них деньги, долгая жизнь, красивые женщины... Неудивительно, что хорошие люди долго не выдерживают».

— Это все? — спросил тролль. — Снова связать вас с отделом про-даж?

— Нет, — Натан пожевал нижней губу, потом спросил: — Эти люди, что работают на вас... Они прохо-дят специальную подготовку?

— Естественно.

— Тогда вот что. Свяжите меня с отделом кадров.

Пер. с англ.
Виктора ВЕБЕРА

УЛЫБНИТЕСЬ!

ПРИВОРОТНОЕ
ЗЕЛЬЕ

Санька — мужик видный, но тюфак. Как приличную женщину встретит, только глазами хлопает. Сколько хороших баб прохлопал, не перечесть! Вовану друга жалко стало, он и говорит:

— В субботу, часика в четыре, сиди дома, приведу к тебе Томку. Женщина интеллигентная, то есть заранее на все согласная. Скажу прямо, с ее лица воды не попьешь. Поэтому постарайся, чтобы водки побольше было.

Санька учел сказанное и решил, что двух бутылок будет достаточно.

Но когда в субботу открыл дверь и увидел Томку позади Вована, то сразу заявил:

— Извини, дружище, но я столько не выпью!

И было от чего засомневаться, потому что оба ее глаза смотрели в упор на собственный нос, похожий на косой парус. Все остальное личико было скукоженное, только зубы торчали лошадиные. Томка тут же отреагировала на Санькин выпад:

— Я в твоё Свиблово, знаешь, из какой дали тащилась? Мытищами называется. А теперь нетрону-

той должна восвояси мотаться? Как бы не так! Или я остаюсь, или ты у меня наплачешься.

Санька даже растерялся от такого напора:

— Да не хочу я с тобой знакомиться! И с чего это я наплачусь?

— К твоему сведению, — отвечает Томка, — моя бабка, покойница, была колдунья и маманя тоже. Ежели ты меня не используешь в естественном направлении, то потом с другими женщинами сможешь только целоваться!

Санька почему-то сразу ей поверил и как-то не по себе ему стало, а Вован говорит:

— Ты чего, в самом деле? Никто тебя не насилует. Посидим, поговорим, а если что не так, мирно разойдемся.

И Санька сдался. Пару бутылочек на троих раздавили, ничего не изменилось. Санька совсем смурной стал. Тут Томка и говорит:

— Что вы, мужики, вечно какую-то гадость пьете да еще приличных дам этим пойлом потчуете? — и достает из сумочки бутылку с настойкой вишневого цвета. — Вот эту наливочку моя маманя сама готовила, угощайтесь!

Налила по полстаканчика, Санька заглотнул и почувствовал, как кровь у него быстро-быстро по жилам побежала! И Томка вроде ничего стала: глаза совсем не косые, а лукавые, никак взгляда не поймаешь, и носик пришел в норму. Санька даже прикинул, что если сбoku подой-

ти, то мешать целоваться не должен. А зубы белые, как у звезд голливудских! Только у тех вставные, а у нее натуральные. А Томка, хитрая бестия, все примечает и еще по полстаканчика цедит. Санька добавочки хлобыстнул и чувствует, что кровь в нем просто закипела. А напротив такая красавица сидит, о которой все ночи мечтал. Саньку желание объяло, он и говорит Вовану:

— Ты, друг, давай домой отваливай, а мы с Томкой еще за жизнь потолкуем.

Вован сразу тонкий намек понял и испарился, а Санька тут же до Томки дорвался, как будто женщин даже по телевизору не видел! Утром Томка остатки зелья ему в стакан набулькала и прощаться стала:

— Не надо меня провожать, я собираюсь к подруге заглянуть, уточнить, на какую ночь шабаш назначен. Жди меня часиков в восемь вечера.

Санька наливочки выпил, и снова кровь в нем заиграла, а Томки уже нет. Так до восьми вечера кровь и кипела, потому что деваться ей было некуда. Вечером Томка прибыла с колдовским зельем, и все началось сначала.

Но чем дальше их отношения заходили, тем больше ему приворотного зелья требовалось. Друзья Саньку жалели и в один голос утверждали, что Томка его околдовала и теперь он пропащий. А его сослуживица Любка во всем винила себя, потому что дважды Санькины приставания отвергла, а за-

муж ее так никто и не позвал. Саньке ничего хорошего уже не светило, потому что в прошлое воскресенье Томка сама предложила ему пожениться и он с радостью согласился. Неизвестно, что могло бы случиться, да спасибо будущей теще, Томкиной мамане. Когда дело дошло до пяти бутылок в сутки для поддержания любви на прежнем уровне, маманя на дыбы встала:

— Мне что, винный завод открывать ради такого зятя? — возмутилась она. — Ладно бы на продажу, так ведь он один все лакает! Ищи себе другого мужа, а этого я и на порог не пущу!

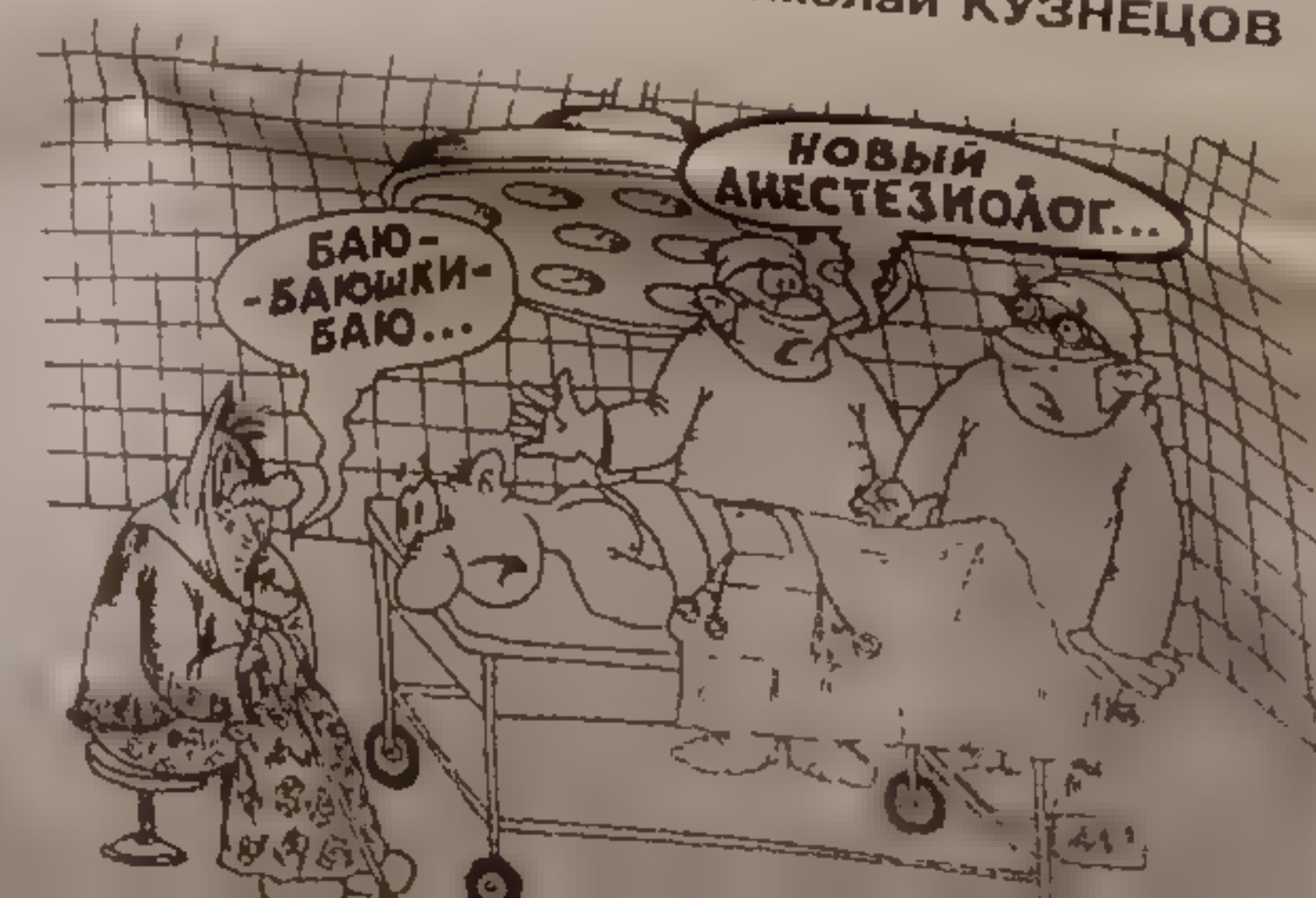
Томка не стала мстить Саньке, потому как не он виноват в маманиной вредности, и отпустила его с миром. Когда Санька остался в одиночестве и в третий раз, на всякий случай, стал приставать к Любке, та неожиданно согласилась. Теперь у них мальчонка растет.

У Томки тоже все сложилось удачно. Нашла себе непьющего мужика и закапывает ему пипеткой по пять капель колдовского зелья в компот. Теща на него не нарадуется и говорит, что ради такого зятя она из внучки сделает колдунью в четвертом поколении. Теперь они открыли семейный ларек и торгуют амулетами и разными колдовскими снадобьями. От покупателей отбоя нет, в очередь люди загодя записываются, потому что у Томки с маманей лекарство от любой беды найти можно. Рэкетеры их не трогают, стороной обходят. Объявились один раз, заглянули в окошечко ларька и с тех пор ни ногой! Как только увидели в окошке Томкину физиономию, так сразу поверили в ее колдовскую силу.

Николай КУЗНЕЦОВ

Встречаются два ежика. У одного забинтована лапка.
— Что с тобой?
— Да вот почесаться хотел...

В палате психиатрической больницы психи спрашивают новичка:
— Мужик, а ты кто?
— Наполеон.
— Ну ты не оригинал... У нас тут этих Наполеонов — тьма!
— А я не император! Я пирожное!



но тую. Как приличную женщину встретит, только глазами хлопает. Сколько хороших баб прохлопал, не перечести! Вовану друга жалко. В субботу, часика в четыре, сиди дома, приведу к тебе Томку. Женщина интеллигентная, то есть заранее на все согласная. Скажу прямо, с ее лица воды не попьешь. Поэтому постарайся, чтобы водки побольше было.

Санька учел сказанное и решил, что двух бутылок будет достаточно.

увидел Томку позади Вована, то сразу заявил:

— Извини, дружище, но я столько не выпью!

И было от чего засомневаться, потому что оба ее глаза смотрели в упор на собственный нос, похожий на косой парус. Все остальное личико было скукоженное, только зубы торчали лошадиные. Томка тут же отреагировала на Санькин выпад:

— Я в твоё Свиблово, знаешь, из какой дали тащишься? Мытищами называется. А теперь нетрону-

тых дам этим поилом потчуете? — и достает из сумочки бутылку с настойкой вишневого цвета. — Вот эту наливочку моя маманя сама готовила, угощайтесь!

Налила по полстаканчика, Санька заглотнул и почувствовал, как кровь у него быстро-быстро по жилам побежала! И Томка вроде ничего стала: глаза совсем не косые, а лукавые, никак взгляда не поймаешь, и носик пришел в норму Санька даже прикинул, что если сбоду подой-

Но чем дальше их отношения заходили, тем больше ему приворотного зелья требовалось. Друзья Саньку жалели и в один голос утверждали, что Томка его околдовала и теперь он пропащий. А его сослуживица Любка во всем винила себя, потому что дважды Санькины приставания отвергла, а за-

Рэкетеры их не трогают, сторожат. Объявились один раз, заглянули в окошечко ларька и с тех пор ни ногой! Как только увидели в окошке Томкину физиономию, так сразу поверили в ее колдовскую силу.

Николай КУЗНЕЦОВ



ЛЕТАЮЩАЯ ТАРЕЛКА

Мы с женой живем мирно. А что нам делить? Дети уже выросли. Деньги вовремя кончились. Метраж даже лобзиком не распилишь. Мебель раздражает обоим. Виллу своевременно не купили. От машины осталось одно название. Мусор выношу я. Обеды не готовит она. Полнейший паритет и идиллия.

Мнения зачастую не совпадают, характеры не сошлись, консенсус в доме не ночевал — ну так это такие мелочи, что о них не стоит и вспоминать. Живем нормально! Не хуже многих. Как я им не завидую!

Ссоримся мы с женой реже возможного. Практически давно уже не деремся. Посуду бьем лишь в случаях крайней необходимости. С посудой дела у нас в порядке: мы оба работаем на посудном заводе и зарплату получаем вполне готовой продукцией. Даже расхищать капиталистическую собственность АО «Чашки-блюды-тарелки корпорейшн» почему-то не хочется.

Чашки бьются неровно. Иная так расколется, что смотреть на нее противно! Блюдца разбиваются хорошо — мелко и эстетично. Тарелки разлетаются по-разному. Те, которые обжигает жена, бьются с противным звуком. Мои изделия колошматятся только к счастью. Сколько счастья было бы в доме, если бы мы тарелки хватали только мои!

А вот одну тарелку никак не можем разбить. Другие уже не трогаем, с этой хочется разобраться. Уже как только ни бросали ее: и наотмашь, и о стену, и через голову, и в потолок — не бьется! Ее бросишь, а она — ширк! — в окно: только ее и видели! Полетает-полетает, домой прилетит и в посудный шкафчик забьется. Вот ведь какая бестия, черт бы ее побрал!

Один раз я кувалду принес с работы. Тяжелая железка! Еле вынес ее с завода. Там у нас на проходной такие бультерьеры стоят — друг с друга готовы шкуры сорвать. Мелкие предметы выносят-

В палате психиатрической больницы психи спрашивают новичка:

— Мужик, а ты кто?
— Наполеон.
— Ну ты не оригинал... У нас тут этих Наполеонов — тьма!
— А я не император! Я пирожное!

Дед Мазай спас полную лодку зайцев и гребет прямо к берегу. Один заяц выхватывает автомат:

— А ну, дед, греби в Швецию!

Выпросил старик у золотой рыбки бессмертия, пошел в лес и ехидным голосом спрашивает:

— Кукушка, кукушка, сколько лет мне жить оста-



ся хорошо, а крупные очень часто застревают у них в руках. Но кувалду я все-таки протаскал: сказал охране, что мне нужно грохнуть кое-кого, они меня и прошляпили.

Дома я положил тарелку на стол да как шарахну по ней кувалдой! В мелкие опилки разлупил! Хороший стол был, добротный, но против кувалды не устоял и он. А тарелка в форточку улетела. Такие у нас форточки выпускают — любая тарелка проскакивает через нее, когда ей захочется!

Жена, конечно, очень обиделась. Ей этот стол достался от прадедушки — какого-то Семафорова. Я его одно время поймать пытался. Так мечтал об этом, что от злости сводило не только скулы! К сожалению, не поймал. Уже очень он при встрече громоздким мне показывался. Не прадедушка Семафорова, а сам Семафоров. Гадина такая! Боксерская морда! Извините за нескромность и эмоции!

Так жена о столе жалела, что как только тарелка домой вернулась, она ее сразу сачком поймала, положила на портсигар и как врежет по ней кувалдой! Не знал, что она такая здоровая. Всю жизнь

говорила мне, что ей, кроме золота и мехов, ничего поднимать нельзя. Врач, видите ли, запретил. По женской, мол, части. Интересно, почему это зубной врач Коронкин не разрешает ей тяжести таскать? Не потому ли, что сам даже кружку вермута не может поднять, все больше спирт на грудь принимает из мензурки. Пес с ним, с врачом Коронкиным! Портсигар-то памятный! Знала ведь жена, что мне его Наташа из ОТК подарила на День защитника родины. За беззаветный ударный труд и отлично выполненную работу. Портсигар очень жалко! А летающая тарелка, конечно, из-под кувалды выпорхнула в окно, которое жена специально так распахнула, чтобы тарелка под ногами не путалась и не отвлекала ее от Наташиного подарка.

Много неприятностей пережили мы из-за тарелки! Было бы еще больше, да кувалду увел Степаныч, сосед наш, склеротик хронический. Забежал на секунду за стоплагу, ложкой супа и вилкой, посидел часок на кухне, засу-

нул голову в холодильник, кувалду ненароком в штаны пихнул и ушел, не прощаясь, как лорд английский! Теперь из его квартиры грохот доносится. Соболезновать ему не намерен: сам виноват — нельзя же так склероз запускать!

Честно говоря, тарелка наша летающая — не такое уж плохое создание. Вообще-то она гораздо лучше, чем я о ней говорю. Иной раз бывает напряг с продуктами, так она слетает куда-то и притащит нам горку разной вкуснятины. За сигаретами по моей просьбе может слетать. Жена ее за косметикой посылает. И, что интересно, от нас ей надо не так уж много: чтобы мыли время от времени, с пепельницей не путали, за водкой не посылали, между собой не ссорились и относились к ней с искренним уважением.

Поначалу это вызывало в нас внутренний протест, но чем дольше мы жили вместе, тем больше привыкали к нашей необычной и все-таки разумной посудине. Как говорить, стерпится — слюбится! А можно сказать так: любовь зла, полюбишь и летающую тарелку!

А вот чем мы-то ей приглянулись, хоть убей, понять не могу!

Александр КОСТЮШИН



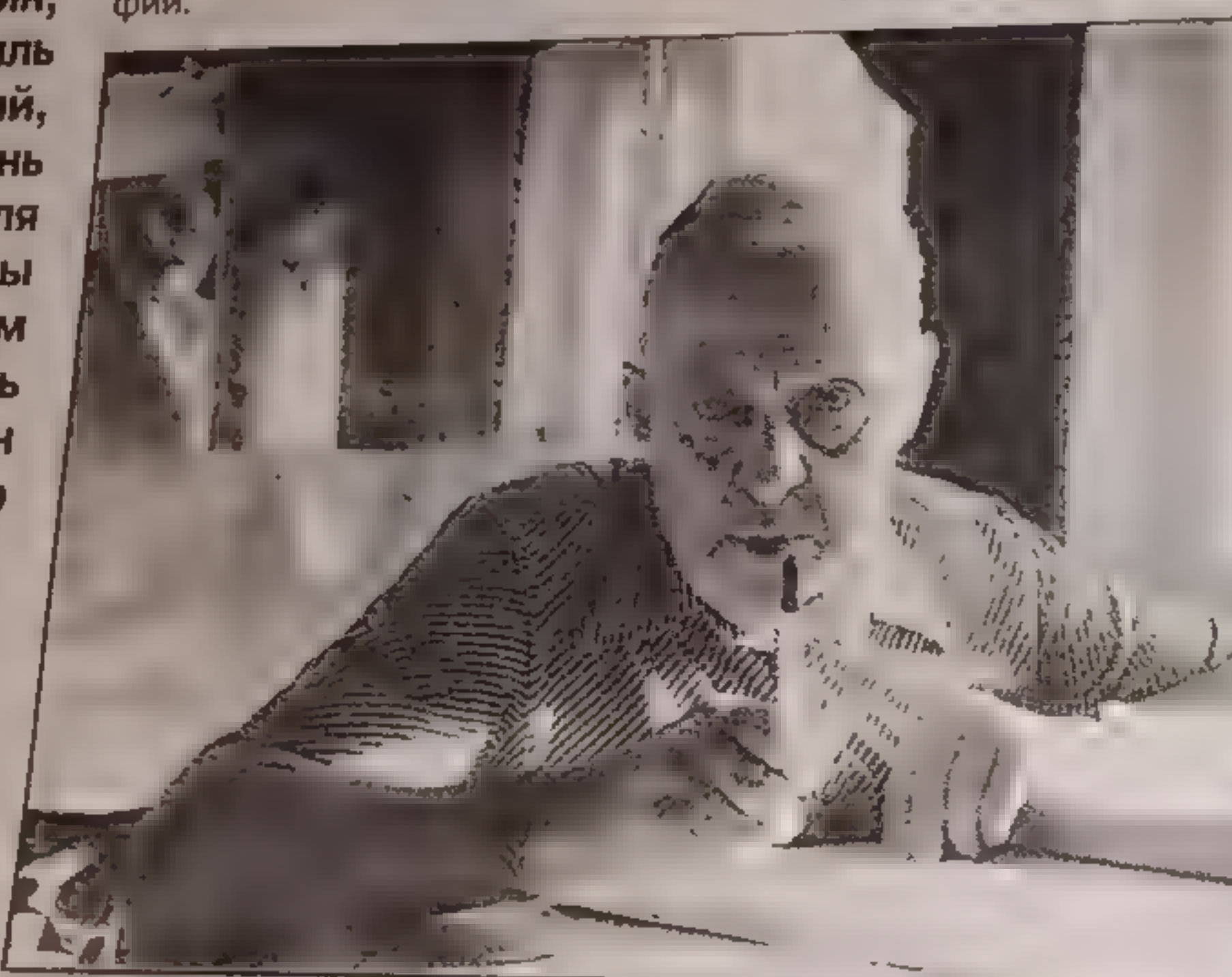
Павел Львович БУНИН — художник незаурядной судьбы. Тем, кто в 60-е гг. увлекался литературой, наверняка запомнились его иллюстрации к западной, восточной и русской классике: Шарль де Костер, Шекспир, Гете, Омар Хайям, Пушкин, Лермонтов... Его стиль неподражаем — легкий, музыкальный и очень поэтический. Затем для художника настали годы скитаний по европейским городам. Вернувшись в 90-е гг. в Россию, он снова окунулся в стихию высокого искусства, но теперь графика Павла Бунина становится напряженнее и философичнее. Одна за другой следуют выставки, выходят книги, альбомы, в которых художник предстает не только как мастер штриха, но и как великолепный публицист, которому подвластны тайны творчества великих писателей и поэтов.

— Кстати, тема рока — отнюдь не редкость в произведениях многих музыкантов и художников. Как пронзительно звучит этот мотив у Петра Ильича Чайковского в симфонической фантазии «Фатум»!

— И не только. А в последней, 6-й симфонии? Почему его преследовала тема рока, понятно: он чувствовал, что преступил нечто. Сегодня уже ничего не надо домысливать, хорошо известны факты его биографии.

век продает свою душу ради великих деяний, но, пообщавшись, хотя бы по касательной, с этими темными силами, художник теряет истинную свободу, которая дает ему возможность перемещаться из стихии реального мира в мир, нам неведомый и, думаю, не менее прекрасный.

— В нашем творчестве, особенно в графике, очень гармонично сбалансированы две силы — темная и светлая. Иначе говоря, белое пространство, наполненное черным штрихом...



ПАВЕЛ БУНИН:

«НЕЛЬЗЯ БУДИТЬ ДАРОМ ДЕМОНОВ...»

— Павел Львович, что, на ваш взгляд, движет рукой художника?

— Всевозможные явления и самые разные чувства, но только не закон. Он над творческим началом не властен. «У сердца дева нет закона». Невозможно заставить творца что-то создавать. Как только на художника начинают давить, это конец его творческой деятельности.

— Вы много иллюстрировали Лермонтова. Не кажется ли вам, что в нем сокрыто немало загадочного?

— Уж кто-кто, а Лермонтов, несомненно, обладал магическим видением. «А там, вдали, грядой неслыханной. / Но вечно гордой и сползающей. / Тянулись горы — и Казбек / Сверкал главной остроконечной». Вспомните, что он все это видел с такой силой?

— А что вы скажете о Рихарде Вагнере, о его мистико-мифологии, например, о «Кольце Нибелунгов»?

— Вагнер вообще человек оголтелый, которого, ко всему прочему, душила чувственность.



ропе, как бы открывалось второе дыхание. Это относится не только к поэтам, но и к писателям-долгожителям: Толстому, Достоевскому, Гончарову, Тургеневу. Что же касается Лермонтова, то удивительно остроумный и глубокий Василий Розанов сказал так: «Как же это получилось, что в самый расцвет военного могущества в России не нашлось кого-то наверху, который твердо знал, какой это человек, неужели в России не нашлось 3-4 тысяч, чтобы сказать: «Поезжай, посмотри, а если что заденет сердце, пиши, хоть по-французски, хоть по-русски». И еще я вспоминаю потрясающие слова: «Только не забывай тусклую свою Родину». Далее Розанов продолжал: «Своим умом, своей наблюдательностью Лермонтов чего бы еще только не дал. Увидел бы Испанию, Францию, Англию».

— Оба поэта погибли при схожих обстоятельствах. Я имею в виду Пушкина и Лермонтова. Но ведь для



врага, в кашку, в кашку бы изрубил!» Как видите, ни одно событие в жизни художника не проходит для него бесследно.

— Павел Львович, в июле исполнилось 160 лет со дня гибели Михаила Юрьевича Лермонтова. Что же все-таки произошло между ним и Мартыновым?

— Поэт писал ему каламбуры один острее другого. Мартынов, конечно, реагировал: «Лермонтов, сколько раз я вас просил: не оскорбляйте меня в присутствии дам!» Что плохого сказал Мартынов? Они ведь были свои люди, приятельствовали. А Лермонтов не унимался: «А что, ты меня на дуэль вызовешь?» Слово не воробей. И вот, пожалуйста, вызвал. Но главное не в этом. Вспомним, Лермонтов ведь и это описал: «И снилась ей долина Дагестана; / Знакомый труп лежал в долине той; / В его груди, дымясь, чернела рана, / И кровь лилась хладеющей струей». Еще один аспект. Обратите внимание, куда Лермонтов посылает Печорина? В Персию! В то время даже ребенок знал, что Персия была верной смертью для русского человека. Разве Грибоедов погиб не по той же причине? Не надо было переходить границы дозволенного. Он позволял себе много лишнего: не разулся в мечетях, требовал выдачи резервных солдат под шпигуны, хотя прекрасно знал, будучи человеком государственным, в чем сила мусульманского духовенства. Считал, что дьявол едет на черном коне, и, въезжал на черном коне. Когда нет подлинной деятельности, человек придумывает себе странные эрзацы, а что касается поэзии, то она встает отражением чужих, она самоценна.

— Значит, Мартынов не мог не появиться?

— Не он, так возник бы кто-нибудь еще. Вокруг Лермонтова атмосфера была накалена до предела. Он сам на себя писал анонимные письма. Так что интриг было более чем достаточно. Прочтите «Княжну Мэри». С какой стати Печорин задирает Грушницкого? Что тот ему плохого сделал? Обстоятельства смерти героя очень похожи на обстоятельства гибели автора. Лермонтов предчувствовал. Он бесновался в пустом пространстве.

Лермонтова держать пистолет в руке — дело привычное, он же был человеком военным, служил на Кавказе...

— Пребывание Лермонтова на Кавказе в его творческой биографии слабо

16 с...
примере...
заверше...
чем его у...
лам сего...
большой

В пит...
почтен...
там. Пр...
даже пив...
слабоалк...

17 сен...
пунья, ко...
кальном з...
вине дня...
альной ак...
я устраи...
ия. Прот...
орные по...
Баня п...
Хорош...
ино упот...
е. подог...

18 сен...
оговли...
дий. Бла...
андиро...
ы любви...
ния, за...
ств. По...
хоснове...
может п...
е реком...
ных бл...
роды, з...
жела...
зу, поэт...
чше ис...

сент...
для на...
дома, р...
аны все...
е опера...
ые иск...
проце...
тий ре...
зыкальн...
у, пригот...
руками. Х...
ий, пир...
ж живо...

Еть...

творческих великих писателей и поэтов.

«НЕЛЬЗЯ БУДИТЬ ДАРОМ ДЕМОНОВ...»

— Павел Львович, что, на ваш взгляд, движет рукой художника?

— Всевозможные явления и самые разные чувства, но только не закон. Он над творческим началом не властен. «У сердца дева нет закона». Невозможно заставить творца что-то создавать. Как только на художника начинают давить, это конец его творческой деятельности.

— Вы много иллюстрировали Лермонтова. Не кажется ли вам, что в нем сокрыто немало загадочного?

— Уж кто-кто, а Лермонтов, несомненно, обладал магическим видением. «А там, вдали, грядой нестройной, / Но вечно гордой и спокойной, / Тянулись горы — и Казбек / Сверкал главой остроконечной». Такое ощущение, что он все это видел с неба. Не так ли? Или: «Спит земля в сиянье голубом». Насколько мне известно, о цвете Земли впервые сообщил Гагарин... Разве это обычное человеческое видение? Да и в познании истоков своего рода он шел интуитивным путем, так сказать, слышал зов предков из далекой Шотландии: «На запад, на запад помчался бы я, / Где цветут моих предков поля, / Где в замке пустом, на туманных горах, / Их забвенный покоится прах». Он считает себя «нездешней душой». Как это, по-вашему? Александр Сергеевич Пушкин, кстати, никогда не говорил, что он нездешний душой. Вот уж кто воистину был реалистом. Он невероятно остро чувствовал и косвенно задевал какие-то глубины мироздания, но при этом его вряд ли можно назвать мистиком. Лермонтова — да!

— Конечно же, тема рока, судьбы в первую очередь характерна для его творчества...

— «Он не красив, он не высок; / Но взор горит, любовь сулит; / И на челе оставил рок / Среди юных дней печать страстей». Лермонтову было лет 15, когда он написал эти строки. Вы говорите: рок, судьба, а по моему, здесь просто стечение обстоятельств. Судьба — это несколько абстрактное слово. Вспомним его личную жизнь: ранняя смерть матери, непростые отношения с отцом, к которому бабушка Арсеньева не подпускала внука. А ведь он оставил сыну небольшое трогательное письмо: «В тебе есть большой талант. Береги себя, старайся быть добрым». Интересно, что при всей религиозности у Лермонтова было ощущение каких-то иных миров, и это порой прорывается самым неожиданным образом.

— А что вы скажете о Рихарде Вагнере, о его мистико-мифологии, например, о «Кольце Нибелунгов»?

— Вагнер вообще человек оголтелый, которого, ко всему прочему, душила чувственность. Такие личности опасны. Кто-то очень точно назвал его «гениальный шарлатан».

— Однако с этим «шарлатаном» дружил великий Ференц Лист! Сохранилась весьма любопытная переписка между ними.

— И это только подтверждает непредсказуемость и неоднозначность личности Вагнера. В одном письме он пишет Листу: «Дорогой Франц, ты забыл у меня шубу. Я не вытерпел и перешил ее для себя». В ответ получил: «Я очень рад, на здоровье». Или еще одно: «Да, Франц, ты прислал тут одну девочку посмотреть ее. Я оставил в любовницы». — «Так это ей честь. О чем ты говоришь!» — парировал Лист.

— Гитлер обожал Вагнера...

— И неудивительно. «Зигфрид», если переводить это слово этимологически, — победный суший мир, или, точнее, покой. И этот покой Вагнер околдовывает грубыми, резкими средствами.

— Гитлер тоже очень любил мифологию...

— Конечно: ночь, плавающие свастик, шествия, костры, на которых сжигали книги, магические жесты. Куда уж больше?

— Нацисты играли огнем, как силой, которая покоится за пределами гармоничного мира.

— А нельзя будить демонов! Даром такое не проходит!

— Но Врубель-то коснулся крыла демона...

— ...и сошел с ума. Вы перечитайте «Доктора Фауста». Там тоже чело-



«Пир во время чумы»

— Трудно изобразить хаос в радужных красках. Тут все-таки вотчина дьявола. И практически невозможно показать трагедию так, как это делает Кустодиев на своих полотнах. Сравните, как изображает Шалапин Бориса Годунова и как рисует Кустодиев купчих. Это же день и ночь. Тема диктует способы отображения.

— Павел Львович, вы никогда не задумывались о том, что жизнь многих гениев литературы и искусства зачастую слишком коротка?

— Лермонтов скончался в возрасте 27 лет. Конечно, это обескураживает. Многие таланты XIX века уходили из жизни именно в этом возрасте, иногда еще раньше. Скажем, Пётр умир в 22 года, Веневитинов — в 20 с небольшим, гениальный художник Федор Васильев — в 28. И не только в России, но и в Европе. Шелли, например, прожил всего 33 года. Я, кстати, сделал любопытное наблюдение, что у тех поэтов, которые побывали в Ев-

Лермонтова держать пистолет в руке — дело привычное, он же был человеком военным, служил на Кавказе...

— Пребывание Лермонтова на Кавказе в его творческой биографии слабо освещено, потому что этот аспект не очень отвечает понятию «дружба народов». Да, он был боевым офицером действующей армии, постоянно рисковал жизнью. Награжден золотым оружием за храбрость. По моему, его рассказ о войне гораздо точнее, чем у Пушкина. Конечно, Полтавский бой показан Пушкиным великолепно, но это барочная картина: «И Шереметев благородный, / И Брюс, и Боур, и Репнин...», «И перед синими рядами / Своих воинственных дружин...», «...колет, рубит, режет...»

Великолепно! Лермонтов в «Валерике» совсем иначе описывает бой. В предсмертном бреду капитан шепчет: «Спасите, братцы. — Тащат в горы. / Пойдите — ранен генерал... / Не слышат...» У солдата «...слезы капали с ресниц, покрытых пылью...». Какая деталь! Это невозможно придумать, такое надо видеть. Одно дело, когда пишет профессионал, другое — когда творит художник. Лермонтов — великий писатель и военный поэт.

— А что вы скажете о Льве Толстом и его «Севастопольских рассказах»?

— Хотя он позже стал закоренелым пацифистом, но и на старости лет не без страсти вспоминал о днях минувших. Некто Сереброва в воспоминаниях «Время и люди» так описывала сцену у Льва Толстого: «Был у него в гостях севастьяновский знакомый — князь Лев Горчаков. При его появлении Лев к нему бежит, ведет в другую комнату, и через минуту оттуда доносятся его крики: «Надо было атаковать. Если бы не дурак Горчаков, мы бы его,

въезжал на черном коне. Когда нет подлинной деятельности, человек придумывает себе странные эрзацы, а что касается поэзии, то она есть отражение человеческих, она символическая. — Значит, Мартынов не мог не появиться?

— Не он, так возник бы кто-нибудь еще. Вокруг Лермонтова атмосфера была накалена до предела. Он сам на себя писал анонимные письма. Так что интриг было более чем достаточно. Прочтите «Княжну Мэри». С какой стати Печорин задирает Грушницкого? Что тот ему плохого сделал? Обстоятельства смерти героя очень похожи на обстоятельства гибели автора. Лермонтов предчувствовал. Он бесновался в пустом пространстве. Где то серьезное дело, которым бы он мог заняться? А может, в нем проявились бы колоссальные административные способности, но вокруг не оказалось живительного кислорода.

— В гибели Лермонтова ощущается что-то роковое...

— Финал Лермонтова не столько роковой, сколько закономерный. Тут дело еще и в эпохе. Прекрасно сказал Блок: «Пушкина убила не пуля Дантеса, а отсутствие воздуха». Когда-то о Пушкине написал Вяземский: «Ты сажал цветы, не соизмеряясь с климатом». Времена Пушкина и Лермонтова были мрачные. Вспомните судьбу Петрашевского, Шевченко, Веневитинова... Причины гибели незаурядных людей в те годы внешне разные, но по сути одинаковые. Лермонтов: «Когда касаешься холодных рук...» Он жил именно в этом ледяном обществе.

— Тема поединка, дуэли — и в жизни, и в литературе... И у Пушкина (дуэль Онегина и Ленского), и у Михаила Юрьевича, ведь это не случайно?

— Основной темой творчества Лермонтова было «Выхожу один я на дорогу». Один! Даже когда Лермонтов пишет о своем любимом герое, первое, что он о нем говорит: «Один он был везде, холоден неизменно». А дуэль? Это традиционный в те времена способ решения личных проблем.

Были в те годы талантливые люди, но общество не давало возможности приложить свои силы. У Пушкина все-таки была стена из оберегавших его друзей: Жуковский, Карамзин, у Лермонтова нет. Так погасла одна из ярчайших звезд русской поэзии...

Беседу вел
Сергей ЛУКОНИН



16 сентября. Вы на собственном примере поймете, что благоприятное завершение дела не менее важно, чем его удачное начало. К любым делам сегодня необходимо относиться с большой серьезностью.

В питании следует отдать предпочтение кисломолочным продуктам. Противопоказаны алкоголь и даже пиво. Можно делать из молока слабоалкогольные напитки.

17 сентября. Сегодня день новолуния, которое произойдет в зодиакальном знаке Дева. В первой половине дня не следует проявлять социальной активности, не рекомендуется устраивать массовые мероприятия. Противопоказаны любые авантюрные поступки.

Баня полезна после заката солнца. Хорошо сегодня печь пирошки. Вино употреблять желательно красное, подогретое, с пряностями.

18 сентября. Хороший день для торговли, покупок и денежных операций. Благоприятно отправляться в командировку, в путешествия. Показаны любые формы вербального общения, завязывание новых знакомств. Постарайтесь избежать соприкосновения с огнем — сегодня это может представлять опасность.

Не рекомендуется приготовление сложных блюд, еда самая легкая: бутерброды, закуска, салаты. В этот день желательно иметь ясную голову, поэтому алкогольные напитки лучше исключить.

19 сентября. Очень хорошее время для начала строительства нового дома, ремонта квартиры, дачи. Показаны все хозяйственные и денежные операции. Хорошо подавать судебные иски, начинать бракоразводный процесс. Из социальных мероприятий рекомендуется проведение музыкальных концертов.

Следует максимально употреблять пищу, приготовленную собственными руками. Хорошо заниматься выпечкой, пироги нужно печь в виде фигурок животных с начинкой из ме-

да или изюма, а снаружи покрывать глазурью. Постарайтесь в еде отдавать предпочтение этим продуктам.

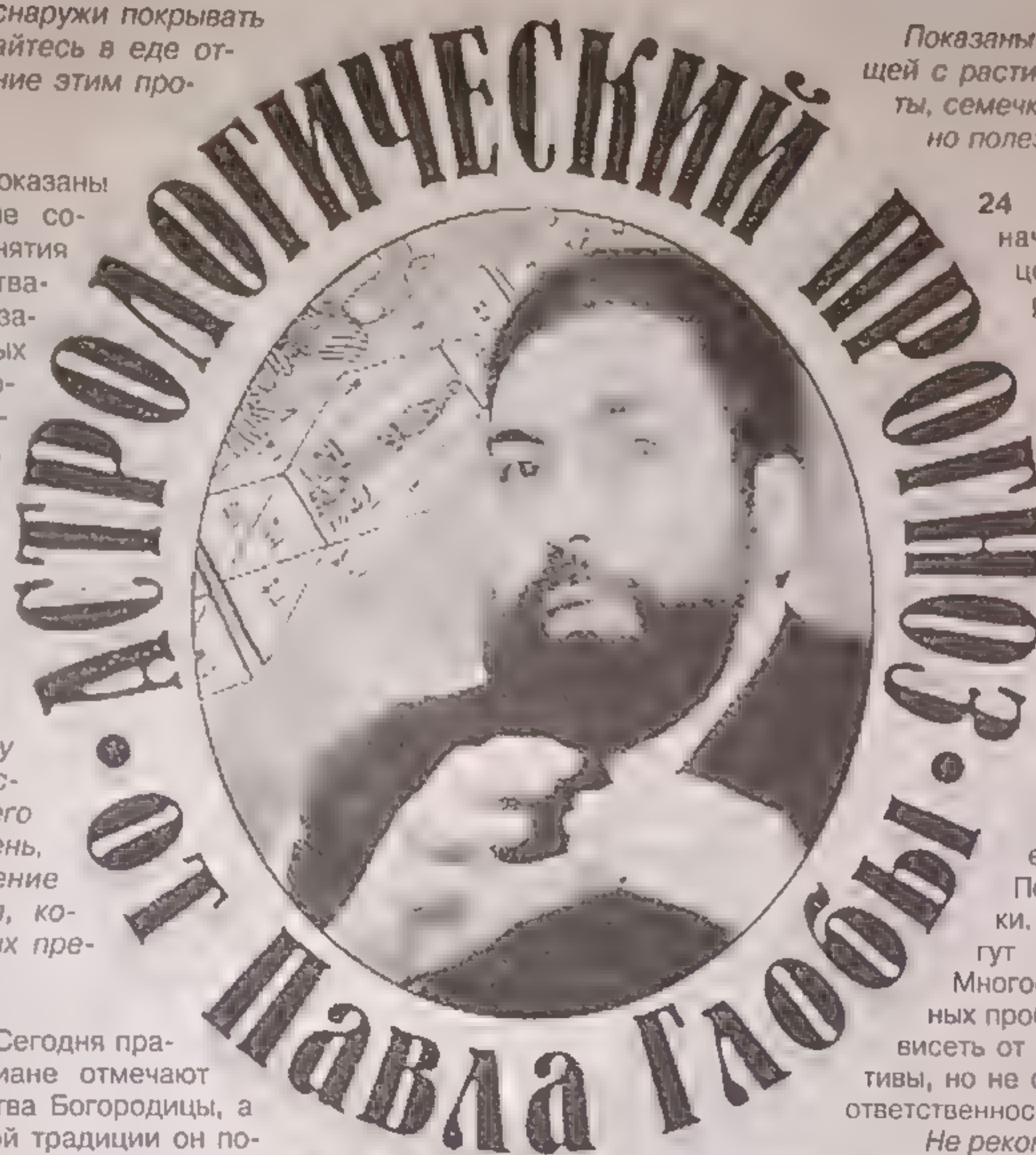
20 сентября. Показаны любые спортивные соревнования и занятия боевыми искусствами. Не следует завершать начатых дел. Сегодня хорошо, если вы берете инициативу на себя и не избегаете ответственности в принятии важных решений. Не рекомендуется писать письма и пользоваться электронной почтой.

Животную пищу сегодня лучше исключить из своего рациона. Это день, когда употребление вина допускается, конечно, в разумных пределах.

21 сентября. Сегодня православные христиане отмечают праздник Рождества Богородицы, а по древнеиранской традиции он посвящен хранительнице Благотельного Мира Спента-Арманти, стоящей на защите гармонии окружающего мира от разрушительного воздействия сил зла. Сегодня показана любая работа на земле, на приусадебных участках. Это день мира и прощения, хорошо заключать долгосрочные контракты, подписывать важные документы.

Хорошо употреблять в пищу каши. Можно заняться выпечкой пирожков и ватрушек.

22 сентября. Лучше этот день посвятить отдыху, старайтесь не начинать дела, требующие большого напряжения сил и расхода энергии. Желательно избегать конфликтных ситуаций. Советуем обратить внима-



На период 16.09 - 30.09

ние на собственное здоровье. Показаны водные процедуры.

Рекомендуется пить больше жидкости. День хорош для приготовления и консервирования соков, компотов, варений и джемов.

23 сентября. Все начинания сегодня должны быть продуманы заранее. Хорошо сажать деревья и кустарники, начинать ремонт в доме. Не рекомендуется делать крупные покупки и отправляться в дальние путешествия.

Показаны салаты из свежих овощей с растительным маслом. Фрукты, семечки и орехи будут особенно полезны.

24 сентября. Не следует начинать судебных процессов и проводить операции с недвижимостью. Благоприятны путешествия, контакты, новые знакомства. Хорошее время для гадания.

Рекомендуются все тонизирующие продукты. В пищу следует употреблять лимоны, апельсины, ананасы, киви.

25 сентября. В этот день можно отправляться в дальние поездки и путешествия. Показаны пешие прогулки. Любые авантюры могут закончиться крахом. Многие в решении жизненных проблем сегодня будут зависеть от вашей личной инициативы, но не старайтесь переложить ответственность на других.

Не рекомендуется употреблять в пищу продукты, требующие термобработки. Желательно ограничиться блюдами, приготовленными заранее, или есть бутерброды, фрукты и овощи.

26 сентября. Сегодня не следует перенапрягаться, излишняя активность в лучшем случае может оказаться бесполезной тратой времени, когда конечный результат будет равен нулю, а в худшем — негативно отразится на здоровье. Если у вас будет возможность, то постарайтесь больше отдыхать. Отправляться в путешествия не рекомендуется.

В пищу следует употреблять рыбу, морскую капусту и прочие морепродукты, также показаны грибы. Желательно поменьше пить.

27 сентября. Сегодня не следует долго спать. Все неожиданно возникающие бытовые проблемы нужно решать немедленно, не откладывая на другой день. Хорошо начинать учебный процесс, заниматься самообразованием. Уделите больше внимания детям.

Благими продуктами сегодня являются орехи, масло, ячменное пиво. Хорошо есть все соленое, рыбу. Не рекомендуются сладкое и мясо.

28 сентября. Праздники сегодня нужно отмечать только в узком семейном кругу. Лучше перенести решение социальных вопросов и проявление любой активности в этой сфере на другие дни. Сегодня многословие может обернуться словоблудием, поэтому постарайтесь быть сдержанными в контактах с другими людьми.

Благая пища сегодняшнего дня должна быть жидкой, хороши кисели (они должны быть густыми, как желе). Не рекомендуется употреблять мед, орехи и трудно перевариваемую пищу.

29 сентября. Хорошо подписывать долгосрочные контракты, заключать крупные сделки. Не лучший день для заключения брака. Хорошее время для начала цикла голодания, избавления от лишнего веса. Рекомендуется избегать интимных отношений, даже домашних животных не следует подпускать друг к другу.

Благая пища — хлеб, пресные бездрожжевые лепешки, соленый творог, сыр.

30 сентября. Сегодня хорошо составлять материальные планы на будущее и обсуждать детали их реализации с близкими людьми. Рекомендуется делать покупки и совершать коммерческие сделки. Старайтесь избегать конфликтов и первыми идите на примирение.

Благой считается молочная кухня. Не следует ничего есть на ночь.

«Скелеты в шкафу»

(Skeletons In The Closet), США, 2001, 86 мин. Режиссер Уэйн Пауэрс. В ролях: Трит Уильямс, Линда Хэмилтон, Джонатан Джексон. Психологический триллер с элементами мистики.

Каково вам придется, если в вашем сердце зародится подозрение, что ваш сын — убийца? Сможете ли вы спокойно

ВИДЕОСАЛОН

«Ночь вампиров»

(The Forsaken), США, 2001, 90 мин. Режиссер Дж. С. Кардоне. В ролях: Керр Смит, Брендан Фер, Джонатан Шек, Изабелла Мико. Мистический ужастик.

Когда Шон согласился пережить

ЗАЗЕРКАЛЬЯ

«Синий бархат»

(Blue Velvet), США, 1986, 120 мин. Режиссер Дэвид Линч. В ролях: Дин Стокуэлл, Деннис Хоппер, Изабелла Росселлини, Лора Дерн, Каил МакЛаклен. Фантастический триллер.

Своими фильмами Дэвид Линч может привести в замешательство кого угодно. Не является исключением и этот, отмеченный номинацией на «Оскар» за лучшую режиссуру и «Гран-при» фестивала фантастических фильмов в Авориязе. Действие

19 сентября. Очень хорошее время для начала строительства нового дома, ремонта квартиры, дачи. Показаны все хозяйственные и денежные операции. Хорошо подавать судебные иски, начинать бракоразводный процесс. Из социальных мероприятий рекомендуется проведение музыкальных концертов

Хорошо употреблять в пищу кашу. Можно заняться выпечкой пирожков и ватрушек.

22 сентября. Лучшее время для начала строительства нового дома, ремонта квартиры, дачи. Показаны все хозяйственные и денежные операции. Хорошо подавать судебные иски, начинать бракоразводный процесс. Из социальных мероприятий рекомендуется проведение музыкальных концертов

Хорошо употреблять в пищу кашу. Можно заняться выпечкой пирожков и ватрушек.

23 сентября. Все начинания сегодня должны быть продуманы заранее. Хорошо сажать деревья и кустарники, начинать ремонт в доме. Не рекомендуется делать крупные покупки и отправляться в дальние путешествия.

26 сентября. Сегодня не следует перенапрягаться, излишняя активность в лучшем случае может оказаться бесполезной тратой времени, когда конечный результат будет равен нулю, а в худшем — негативно отразится на здоровье. Если у вас будет возможность, то постарайтесь больше отдыхать. Отправляться в путешествие не рекомендуется

В пищу следует употреблять рыбу, морскую капусту и прочие морепродукты, также показаны грибы. Желательно поменьше пить

30 сентября. Сегодня хорошо составлять материальные планы на будущее и обсуждать детали их реализации с близкими людьми. Рекомендуется делать покупки и совершать коммерческие сделки. Старайтесь избегать конфликтов и первыми идти на примирения

«Скелеты в шкафу»

(Skeletons In The Closet), США, 2001, 86 мин. Режиссер Уэйн Пауэрс. В ролях Трит Уильямс, Линда Хэмилтон, Джонатан Джексон. Психологический триллер с элементами мистики



Каково вам придется, если в вашем сердце зародится подозрение, что ваш сын — убийца? Сможете ли вы спокойно ходить по дому, когда то и дело жизнь подбрасывает новые улики, подтверждающие ваши подозрения? В таком вот состоянии оказался главный герой этой картины. Его сына, выпускника школы, с шестилетнего возраста преследует страшный сон: будто его отец поджег дом, после чего он чуть было не погиб в огне, а мать сошла с ума. Желание отомстить отцу, освободиться от его влияния толкает юношу на необдуманные, зачастую весьма жестокие поступки. И не понять, то ли он действительно совершал леденящие душу преступления, то ли просто «играл» с отцом, подвергая его психику серьезнейшим испытаниям

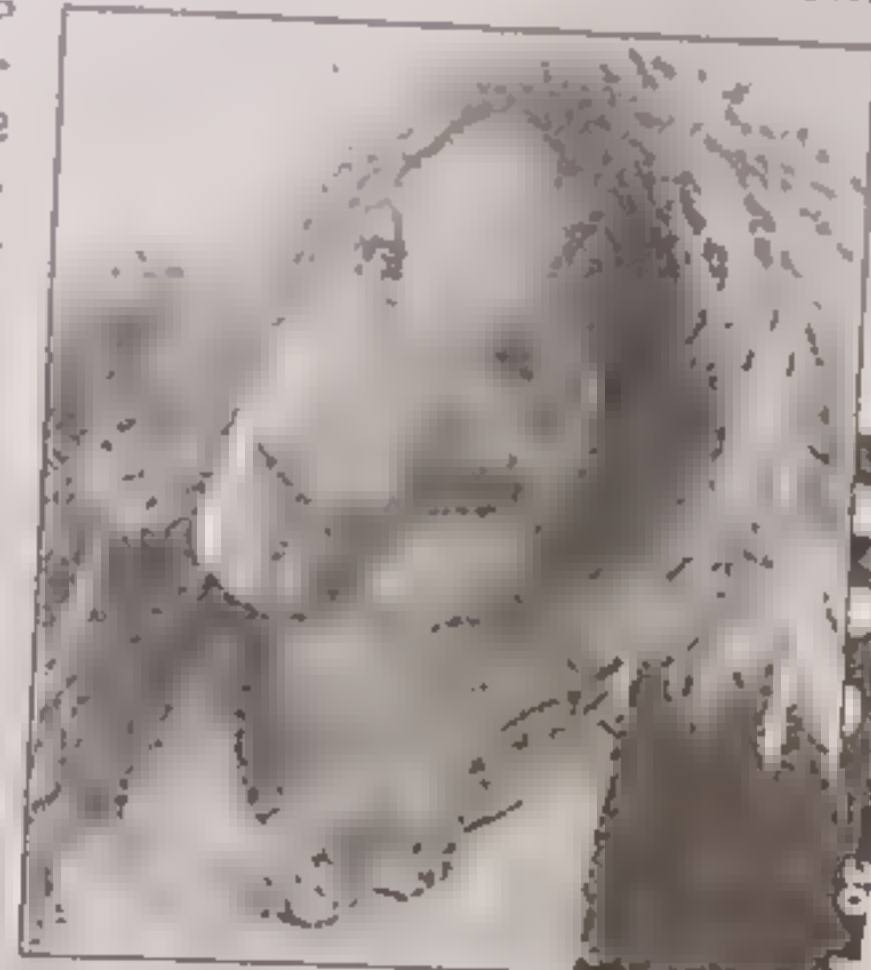
ВИДЕОСАЛОН

ЗАЗЕРКАЛЬЯ

«Ночь вампиров»

(The Forsaken), США, 2001, 90 мин. Режиссер Дж. С. Кардано. В ролях Керр Смит, Брендан Фер, Джонатан Шек, Изабелла Мико. Мистический ужастик.

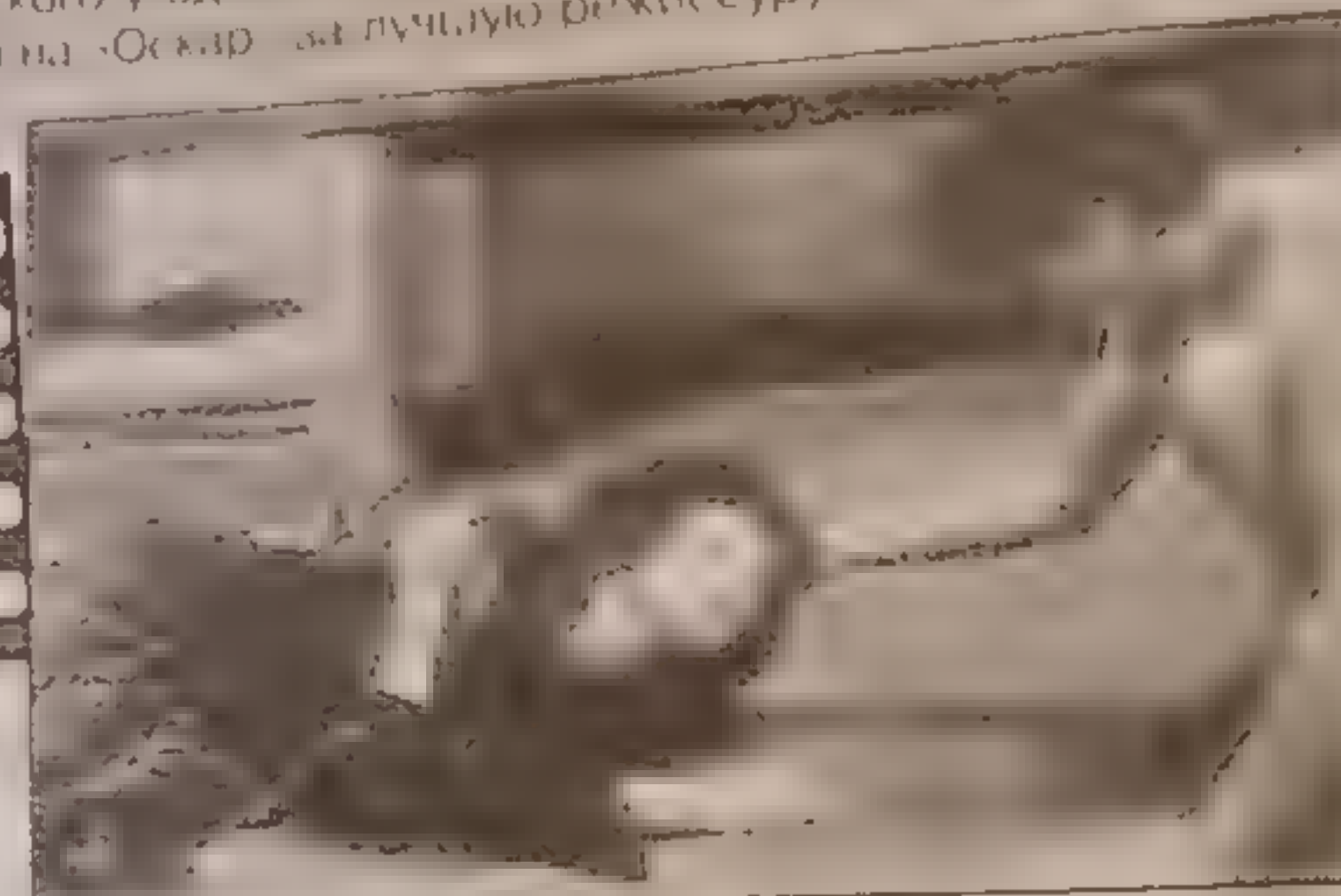
Когда Шон согласился перебраться с одного конца страны на другой шикарный «Мерседес», он думал, что это будет неплохой работой. Как же он ошибался!.. Подобрал на дороге безнадёжного на вид попутчика, парень разом перечеркнул все свои надежды на легкое путешествие: незнакомец оказался охотником за вампирами! И теперь Шон волею-неволей оказывается втянут в кровавое приключение, которое может стоить ему жизни, — бескомпромиссную битву с бандой жестоких и хитрых вурдалаков, промышляющих на трассе. Отступить поздно, когда в пути тебя застает ночь проклятых, остается только одно — сражаться до последнего, даже если знаешь, что лишь один шанс из тысячи дожить до утра человеком



«Синий бархат»

(Blue Velvet), США, 1986, 120 мин. Режиссер Дэвид Линн. В ролях Дэн Стокуэлл, Деннис Хоппер, Изабелла Росселлини, Лора Дерн, Кайл МакЛаклан. Фантастический триллер

Своими фильмами Дэвид Линн может привести в замешательство кого угодно. Не является исключением и этот, отмеченный номинацией на «Оскар» за лучшую режиссуру и «Гран-при» фестивала фантастических фильмов в Авории. Действие разворачивается вокруг некоего юноши (Кайл МакЛаклан), который, обнаружив на лужайке возле дома отрезанное человеческое ухо, решает провести расследование этого происшествия. Сам того не замечая, он попадает в мрачный параллельный мир, скрывающийся за внешне благополучным фасадом провинциального американского городка, и оказывается с головой втянут в таинственную историю...



«Шизополис»

(Schizopolis), США, 1997, 93 мин. Режиссер Стивен Содерберг. В ролях Стивен Содерберг, Бетси Брантли, Дэвид Дженсен. Сатирическая, авангардистская комедия, едко высмеивающая современное телевидение, рекламу, образование, воспитание, чрезмерную склонность к психоанализу, философские учения типа сайентологии и многое другое.

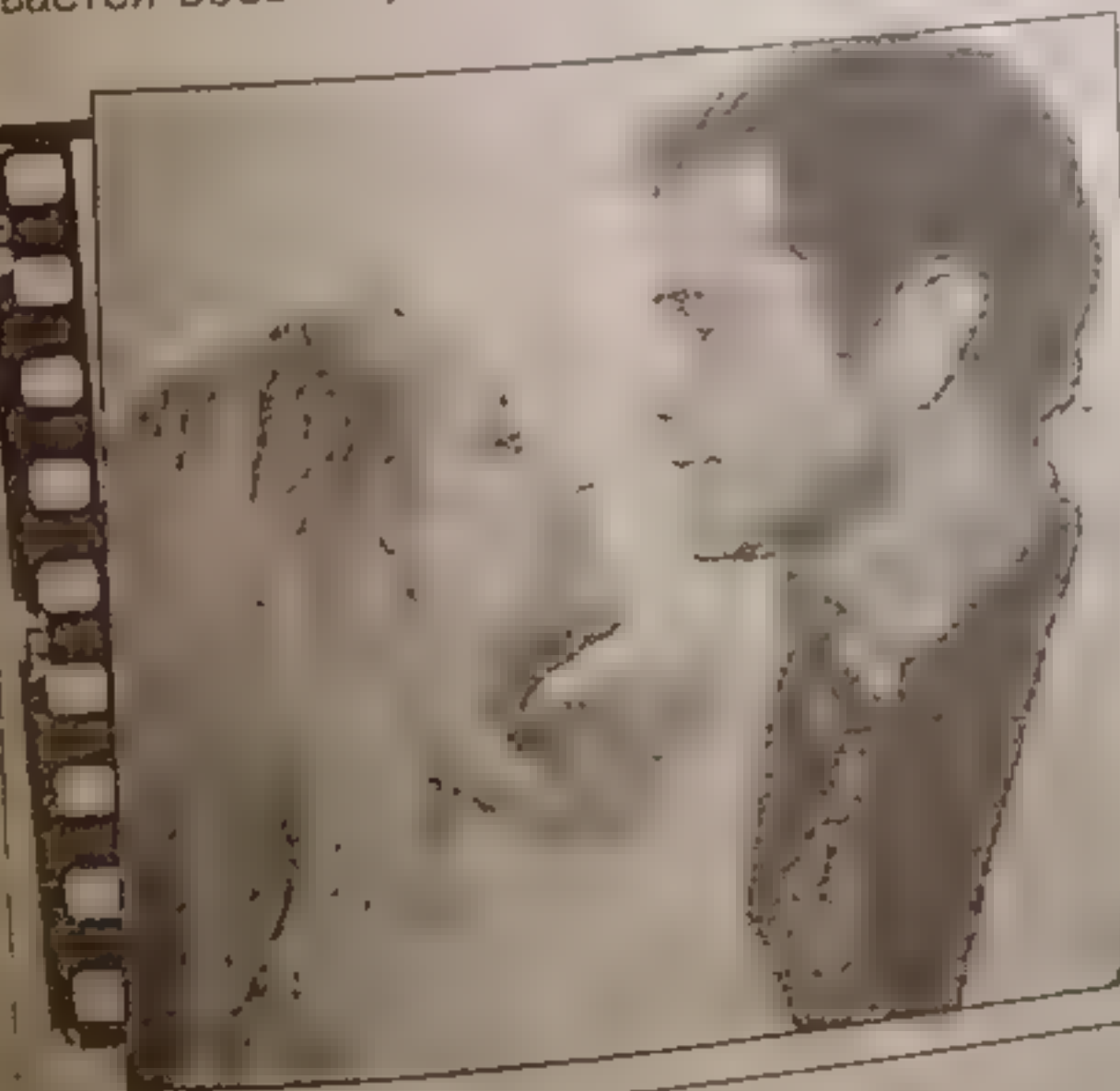
Фильм открывается своеобразным вступительным словом, в котором автор сообщает зрителям, что они сейчас увидят «самый значительный фильм нашего времени» и предупреждает: «Если вы чего-то не поймете, то это ваша вина, а не моя». Представьте себе, что окружающий вас мир — всего лишь мираж, скрывающий толпы подозрительных личностей, которые могут в любой момент занять ваше место на работе, в машине и даже в постели. Стоит вам лишь на секунду поверить в правдивость нелепой теории одного безумного ученого, как вы окажетесь в чужом теле, заговорите на незнакомых вам языках и заведете звеном таинственного заговора промышленных шпионов и истребителей насекомых, познакомиться с Привлекательной Женщиной Номер Два и во всей полноте осознать пагубные последствия вредных привычек. Пережив за один день уйму невероятных событий, вы наконец поймете, что живете не в тихом и уютном мире, а в сумасбродном городе Шизополис, ставшем центром безумной Вселенной...



«Чего хотят женщины»

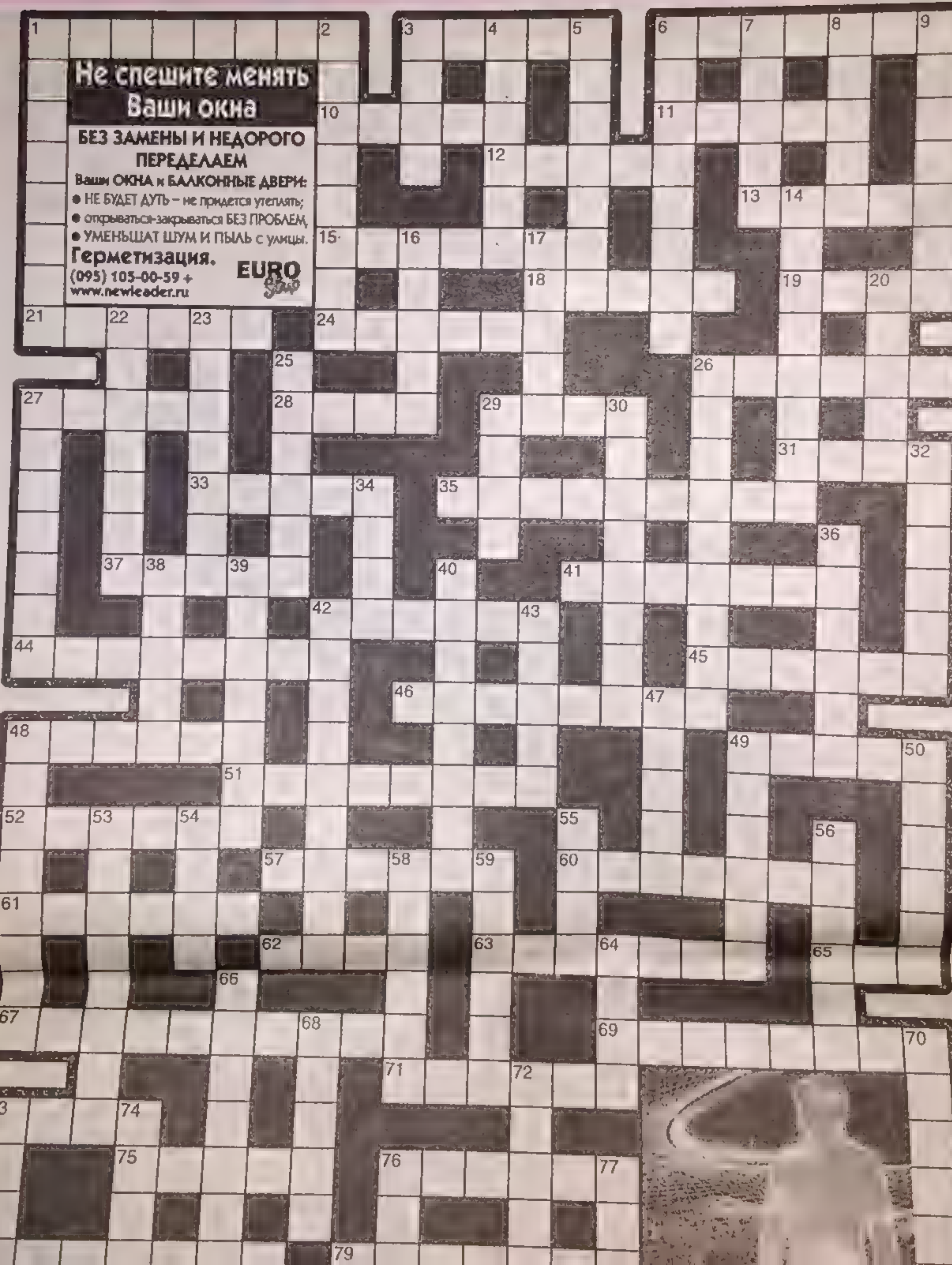
(What Women Want), США, 2000, 126 мин. Режиссер Нэнси Мейерс. В ролях Мэл Гибсон, Хелен Хант, Мариса Томей, Лорен Холли. Фантастическая комедия

Сексапильный Ник (Мэл Гибсон) — плебей из Чикаго — считает себя просто божьим подарком женскому населению планеты. Его карьера в одном из ведущих рекламных агентств складывается весьма успешно: вскоре он должен получить очередное повышение. Но глава агентства посчитал, что женщина лучше понимает рынок женских товаров, и пригласил на работу талантливого эксперта и очаровательного женштину Ника (Хелен Хант), которая становится руководителем новой команды проработки первого задания. Неожиданный случай, по которому Ником происходит несчастный случай, после которого он открывает в себе уникальные способности: он может читать женские мысли (любой женщины, даже своей дочери и даже матери). Эта способность сначала доводит Ника до полного отчаяния, но затем он понимает, что, читая мысли Дарси и выдавая ее идеи за свои, сможет наконец вернуть себе утраченные позиции в агентстве. И когда реализация коварного плана была в самом разгаре, одно непредвиденное обстоятельство свело все его усилия на нет. Имя этому обстоятельству — любовь



СУПЕРКРОССВОРД

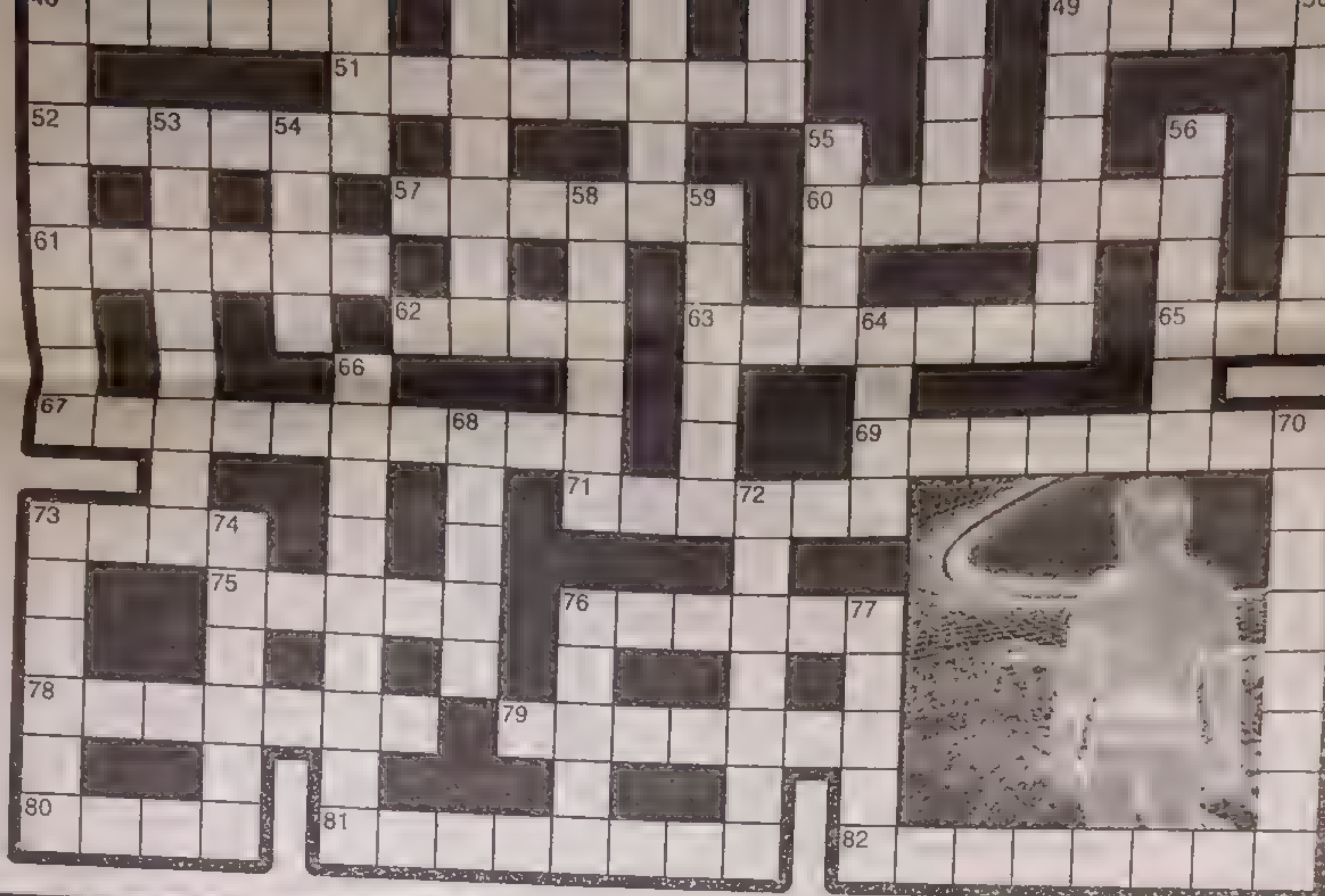
ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Отделение полиции в Москве до 1917 года. 3. Разговор «на двоих», чтобы другие не слышали. 6. Последняя рюмка уходящего гостя. 10. Город, который сдал генерал Ручкой. 11. То, что писал Кочубей царю Петру на гетмана-злодея. 12. Кратер плавильной печи, из которого извергается металл. 13. Параметр юбки, превращающий ее из макси в мини. 15. Конус для точного попадания воды в бутылку. 18. Документы на пенсии. 19. Зерно, казенное жерновами. 21. Земли, освоенные народами СССР для Казахстана. 24. Ученое звание, которое имеет любой врач. 26. Раздраженно-враждебное чувство. 27. Доброволец, готовый отдать свою свободу в загсе. 28. Результат рыбалки. 29. Погода в июле 2001 года в Москве. 31. Женщина, подарившая А.С.Пушкину чудное мгновенье. 33. Портовый рабочий. 35. Дама, у которой на плечах балкон. 37. Место, где актеры играют в жизнь. 41. Госпожа Удача. 42. Черт-баба (Н.Гоголь. «Ночь перед Рождеством»). 44. Продольный след на коже от кошачьих когтей. 45. Предательство и родины, и жены. 46. Спец. машина, отправляющая в последний путь. 48. Человеческие кости в комплекте. 49. Мишка — зимний бродяга. 51. Единица измерения ума. 52. Наследственный верховный правитель. 57. Средний режим погоды средней полосы. 60. Время, о котором нельзя думать свысока (песен.). 61. Крылатый губернатор в Краснодарском крае. 62. Основоположник убийства на Земле (библ.). 63. Застолье, на котором целуются под крики «Горько!». 65. Транжира. 67. Власть в стране на троих. 69. «Дама с камелиями», попавшая в руки Дж. Верди. 71. Птичка, украшающая тундру. 73. Парадный костюм под пингвина. 75. Престарелые родители для детей. 76. Парикодит



ходящая в предметы на переднем плане. 80. Бард на киргизский манер. 81. Просветительский канал на ТВ, приютивший у себя передачу «Спокойной ночи, малыши!». 82. Застывшие слезы снега.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Свидетель. 2. Артист театра, созданного С. Образцовым. 3. Изуродованный юмором портрет человека. 4. Реверанс. 5. Дорожка, на которую автомобили вытеснили пешеходов. 6. Подарок нищему. 7. «Администрация президента» при Патриархе. 8. То, что самолет выпускает перед посадкой. 9. Сплюснутая рыба. 14. Осветительный прибор с именем Ильича. 16. Пожарный шланг. 17. Пиковая дама. 20. Возмужавшая моторная лодка. 22. Крупный морской рак, которым Ким Чен Ир угощал попутчиков в своем бронепоезде. 23. Подобранный вами чужая потеря. 25. Последнее бомбоубежище Гитлера. 26. Тот, кто считает, что у соседа все лучше. 27. Созревший сынок кобылы. 29. Кувшин с крышкой. 30. Водяной удав. 32. Местность, заливаемая при разливе реки. 34. Личико с пятачком. 36. Документ изобретателя. 38. Офицерское звание у казаков. 39. Икона идущего на медведя. 42. Минидезертирство. 43. Водка, которой все равно из чего она: из риса или сока пальм. 47. Аппарат «Жирофле-Жирофля». 48. Зажигающийся под психа. 49. Пограничный столб футбольных ворот. 50. Рыбьи роды. 53. Побасенка. 54. Процесс появления на Земле нового человека. 55. Губы для питья меда. 56. Сибирский хутор. 58. Чудовище, рожденное воображением французов. 59. Ополчение в Древней Руси. 64. Точное время события. 66. Тот, кто и нашим, и вашим. 68. Лошадь орловской породы. 70. Гимнастика, воплощенная в жизнь актрисой.

ков. 45. Предательство и родины, и жены. 46. Спец. машина, управляющая в последний путь. 48. Человеческие кости в комплекте. 49. Мишка — зимний бродяга. 51. Единица измерения ума. 52. Наследственный верховный правитель. 57. Средний режим погоды средней полосы. 60. Время, о котором нельзя думать свысока (песен.). 61. Крылатый губернатор в Краснодарском крае. 62. Основоположник убийства на Земле (библ.). 63. Застолье, на котором целуются под крики «Горько!». 65. Транжира. 67. Власть в стране на троих. 69. «Дама с камелиями», попавшая в руки Дж. Верди. 71. Птичка, украшающая тундру. 73. Парадный костюм под пингвина. 75. Престарелые родители для детей. 76. Парнокопытное животное с рогатой лирой на голове. 78. Тот, кто содержит преподавателей в частном вузе. 79. Полукруглая картина, пере-



мент изобретателя. 38. Офицерское звание у казаков. 39. Икона из трех створок. 40. Пика охотника, идущего на медведя. 42. Минидезертирство. 43. Водка, которой все равно из чего она: из риса или сока пальм. 47. Автор оперетты «Жирофле-Жирофля». 48. Зэк, косящий под психа. 49. Пограничный столб футбольных ворот. 50. Рыбы роды. 53. Побасенка. 54. Процесс появления на Земле нового человека. 55. Губы для питья меда. 56. Сибирский хутор. 58. Чудовище, рожденное воображением французов. 59. Ополчение в Древней Руси. 64. Точное время события. 66. Тот, кто и нашим, и вашим. 68. Лошадь орловской породы. 70. Гимнастика, воплощенная в жизнь актрисой Д. Фонда. 72. То, что президент раздает в Кремле за непонятные заслуги. 73. Карнавал в Испании. 74. Собрат ведьмы. 76. Компонент любого алкогольного напитка. 77. Разряд каюты.

УЧЕБНО-ПРОИЗВОДСТВЕННЫЙ ЦЕНТР работает с 1989 г.

МОСКОВСКИЙ БИЗНЕС-КОЛЛЕДЖ

Комитет образования Правительства Москвы
Санкционирование о государственной аккредитации: серия ОБ №0008813

<ul style="list-style-type: none"> ▶ БУХУЧЕТ + ПК ▶ БУХГАЛТЕР-СЧЕТОВОД (выдается госсвидетельство) ▶ КОМПЬЮТЕР ДЛЯ БУХГАЛТЕРА ▶ КОНСТРУКТОР-МОДЕЛЬЕР ▶ МЕНЕДЖЕР + ПК ▶ МЕНЕДЖЕР ПО ТУРИЗМУ + ПК ▶ МЕНЕДЖЕР ПО ПРОДАЖАМ + ПК ▶ КОМПЬЮТЕР ДЛЯ МЕНЕДЖЕРА ▶ СЕКРЕТАРЬ (выдается госсвидетельство) ▶ КОМПЬЮТЕР В ОФИСЕ (школьникам, студентам — скидка 10%) 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ АНГЛИЙСКИЙ ЯЗЫК (5 уровней) ▶ ПАРИКМАХЕР (выдается госсвидетельство) ▶ КОСМЕТОЛОГ-ВИЗАЖИСТ ▶ ДИЗАЙНЕР ИНТЕРЬЕРА + ПК ▶ КОМПЬЮТЕРНЫЙ ДИЗАЙН ИНТЕРЬЕРА ▶ ОФИЦИАНТ-БАРМЕН (+2 недели практики в ресторане "Мир") ▶ БАРМЕН-СОМЕЛЬЕ ▶ КЛАССИЧЕСКИЙ МАССАЖ
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

У нас **ДИПЛОМ** с присвоением квалификации и **ГЕРБОВОЙ ПЕЧАТЮ**.
СИСТЕМА СКИДОК. СУББОТНИЕ И ВОСКРЕСНЫЕ ГРУППЫ.
Доступные цены. **СОДЕЙСТВИЕ В ТРУДОУСТРОЙСТВЕ.**
Для **РАБОТОДАТЕЛЕЙ**: подбор персонала (095) 205-39-83.

Адрес: м. "Краснопресненская", М.Предтеченский пер., 1/2, каб. 22.
Тел.: (095) 205-48-71 (круглосуточно), 255-95-04 (с 10 до 18 ч. по будням)

Первое занятие бесплатно!

Ул. Зомаренго 111, 3 эт. 22 кв. КИНО-ЦЕНТР

ПРИГЛАШАЕТ

розничных распространителей, мелко- и крупнооптовых покупателей продукции газет

«Мир новостей», «Мир зазеркалья», «Мир садовода», «Мир кино и ТВ»

сборников «Суперкроссворд», «Кроссворденок», «Сканворды». Возможна доставка в регионы.

Т (095) 917-35-04

Телефоны рекламных отделов:

(095) 925-44-73, 923-52-28, 281-19-85, 207-33-26, 205-39-47, 255-95-08.

ВНИМАНИЕ

розничных распространителей, мелко- и крупнооптовых покупателей продукции издательского дома «МИР НОВОСТЕЙ»:

приобрести по самым низким издательским ценам газету «Мир зазеркалья»

вы можете по адресу 109028, Москва, Яузский бульвар, 14/8 Тел.: 916-26-31, 917-72-51, 917-35-04

Здесь же вы можете приобрести и другие наши издания: газеты «Мир новостей», «Мир садовода», «Мир ТВ и кино», «Мир сканвордов», сборники «Суперкроссворды», «Сканворды» и «Кроссворденок».

1 января началась подписка на газету «МИР ЗАЗЕРКАЛЬЯ» на 2002 год!

вы можете подписаться на всей территории РФ и СНГ в любом отделении связи по зеленому объединенному каталогу «Пресса России» (стр. 87).

Каталожная цена (без стоимости почтовых услуг) 1 мес. — 12 руб., 6 мес. — 72 руб.

Подписной индекс 42575.

Главный редактор — Андрей ХОТЕНОВ
Зам. главного редактора — Ирина ЛЕМАНСКАЯ
Учредитель — коллектив редакции.
В номере использованы материалы «Экстра-пресс».



Газета зарегистрирована в Комитете РФ по печати. Рег. № 016585
ИД «Медиа-Пресса». Заказ № 15640
Распространение —



101000, Москва, Главпочтамт, а/я 2102.
Тел. редакции: 284-43-12
Тел. рекламного отдела: 925-64-88, 925-44-73, 925-21-08, 281-19-85, 255-95-08, 205-39-47, 207-33-26
Отдел распространения: 284-40-30, 207-30-31
Отд. общественных связей: 925-83-03

Тираж 100 тыс. экз.

За тексты и телефоны в рекламе редакция ответственности не несет. Рукописи не рецензируются и не возвращаются. При перепечатке ссылка на «МЗ» обязательна.



**НОВЫЕ
УЖАСЫ
НА ВИДЕО**

Стр. 15

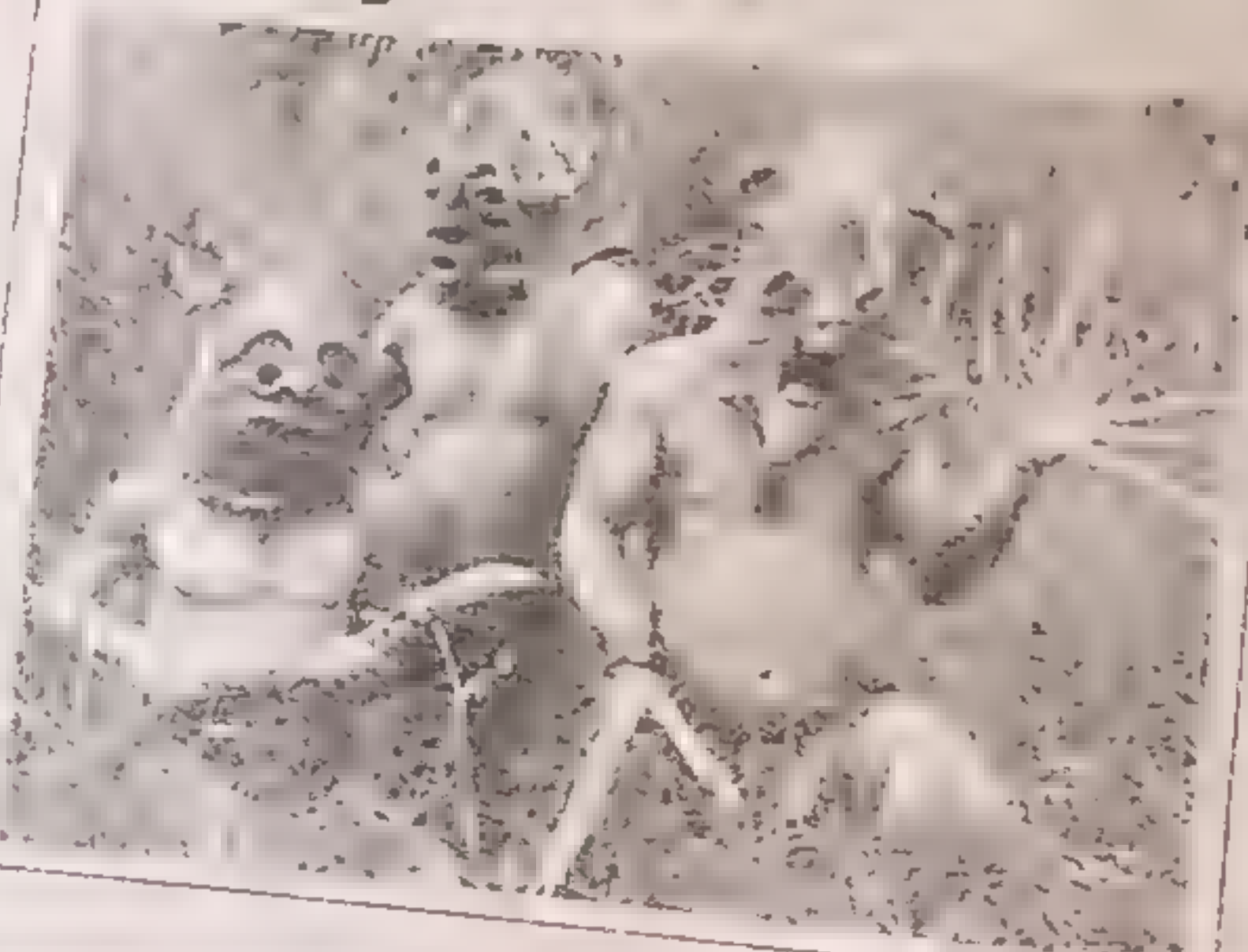
КОНТАКТЕРЫ ПОПОЛНЯЮТ «ПСИХУШКИ»

Стр. 3

№5(104), февраль 2002 г.



**Крутой прикид
воинственных
папуасов**



ЗАСЕКРЕЧЕННОЕ ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЕ

Землетрясение в Таджикистане было засекречено

ЗАСЕКРЕЧЕННОЕ ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЕ

Землетрясение в Таджикистане было зафиксировано почти всеми сейсмическими станциями в мире. Но никто ничего не сообщал о пострадавших, а ведь пропали целый город и тысячи жителей...

Стр. 11

ЖИВЫЕ
ЧУДО-ПРИБОРЫ

ПЕНТАГОН
ГОТОВИТСЯ
К ТЕЛЕПОРТАЦИИ

КТО СЪЕЛ
НЕАНДЕРТАЛЬЦЕВ?

АНИНА (далее — А.): Дэррел, а каких, по-твоему, пришельцев больше — враждебных или дружелюбных?

Дэррел СИМС (далее — Д.С.): Никто еще толком не знает, кто же они — пришельцы — и что собой представляют. Здесь столько условностей! Особенно в определении «хороших» и «плохих».

А.: Некоторые контактеры рассказывали, что по отношению к ним пришельцы выступали в роли добрых заступников, ангелов-хранителей, помощников, друзей или целителей. С тобой случалось что-нибудь подобное?

Д.С.: Пришельцы час-тенко играют с нами в игру «плохой полицейский — хороший полицейский», особенно, когда кто-то волнуется в момент общения с ними. Был, например, случай с похищением детей. Одному ребенку сказали: «Я никогда не допущу, чтобы такое произошло с тобой!» Тогда, спрашивается, почему этот ребенок оказался на их корабле?

А.: Ты веришь в то, что в будущем пришельцы могут на нас напасть?

Д.С.: Лично я так не думаю. Какой в этом смысл? Они уже здесь. Хотя иногда, судя по их поведению, можно предположить и возможность агрессии. Но мне кажется, главным для них является не военный, а генетический захват нашей планеты. Земля, похоже, хотят «извести» как нежелательных существ, а вместо нас они не прочь иметь под рукой нечто более податливое, легко управляемое, контролируемое.

А.: Ты говоришь о генной инженерии?

Д.С.: Это одно из направлений наших исследований. Большинство случаев, которые мы изучаем, свидетельствует о том, что пришельцы у женщин изымали яйцеклетку, а у мужчин — образцы спермы. Зачем?

А.: А что делает ваша организация, чтобы побольше узнать о действиях пришельцев?

Д.С.: Много. Но об этом довольно подробно рассказано на моих сайтах: <http://www.Firstevidence.org>, <http://www.alienhunter.org> и <http://www.alienimplants.com>. Мы, например, проводим определенные генетические тесты и изучаем их результаты. Разумеется, использовать то, что удастся найти, пока не удается. Часть информа-

Этого человека и его близких несколько раз похищали пришельцы, и он поклялся, что не успокоится до тех пор, пока не поймает кого-нибудь из этих дьяволят...

Перед вами окончание интервью (начало см.: «МЗ», № 4) с Дэррелом Симсом — охотником за пришельцами.



Дэррел СИМС

ОХОТНИК ЗА ПРИШЕЛЬЦАМИ

ция, они не горят желанием прийти нам на помощь. Я не уверен, что они действуют нам во благо. Инопланетяне не торопятся рассказывать правду о своих намерениях кому бы то ни было, вместо этого они пичкают самыми разными небывальщинами тех, кого похищают.

А.: И, кажется, действуют не безуспешно?

Д.С.: Увы! Я как-то рассказал своему приятелю — психологу о том ужасном похищении, которое я пережил в 17-летнем возрасте. Он выслушал меня, а потом говорит: «Знаешь, Дэррел, как-то это не стыкуется с тем, как все должно быть». Спрашиваю: «А как должно быть?» — «Ну они приземляются на лужайке у Белого дома и дают президенту прибор, с помощью которого он сможет позна-

ит думать о них лучше, чем они есть на самом деле. А после моей последней встречи с пришельцами я вообще боюсь за нас всех...»

А.: Что-то и я начинаю уже бояться, Дэррел. Давай сделаем перерыв...

От автора

Надеюсь, этот диалог дает некоторое представление о том, кто он, Дэррел Симс, охотник за пришельцами. А охотится он за ними, надо сказать, по всем правилам уголовного сыска, и не случайно. Во-первых, потому, что, по его мнению, многие из деяний представителей иных миров подпадают под статьи нашего Уголовного кодекса — это и похищение людей, и нанесение увечий, иной раз даже убийства. Во-вторых,

если хотите, сыщик или охотник. Он берет след и тщательно собирает вещдоки — имплантанты, медицинские заключения, данные лабораторных анализов, магнитофонные записи, видеозаписи... Он объединил вокруг себя удивительную команду профессионалов самого высшего класса — химиков, физиков, психологов, врачей. Среди его соратников есть и абдуктанты, то есть те, кто по собственному опыту знает о переживаниях человека, растерявшегося при столкновении с чем-то непонятным, фантастическим, а порой и трагическим. С такими людьми Дэррел лично проводит сеансы гипноза, а если нужно хирургически извлечь из их тела имплантант, то он обеспечивает и гипнотическую анестезию.

это имплантанты, крошечные приборчики, которые находят то в ноге, то в глазнице, а порой даже в мозгу абдуктантов. С помощью хирургов Дэррел Симс организовал извлечение имплантантов и систематическое их изучение, более того, он впервые провел такие операции в присутствии свидетелей. Сегодня в коллекции Симса около 30 извлеченных вещдоков.

Он также первым открыл явление подкожного флюоресцентного свечения, обнаруживаемое при ультрафиолетовом или инфракрасном освещении на отдельных участках тела абдуктантов, чаще всего на лице, слизистой рта и языке, за ушами, на руках и груди, а также в самых интимных местах.

Как гипнотерапевт Симс разработал свой вариант проведения сеансов и записи протокола. Он убежден, что рассказ абдуктанта может передавать лишь то, что пришельцы позволили или приказали помнить, а истинные события зачастую скрыты чем-то наподобие компьютерного «скрин-сейвера» — картинки, возникающей на экране монитора, когда вы отлучаетесь. Она прикрывает тот материал, что был в работе. Так же после абдукции «прикрыта» и память человека. Иной раз, по словам Дэррела, у человека приходится снимать по два, три, а то и больше таких заслонов, пока не появится возможность докопаться до истинных событий.

Дэррел — единственный уфолог, кому удалось умышленно вступить в контакт с пришельцами через абдуктантов и даже передать похитителю то, что он считал нужным (это было впервые сделано в 1992 г., во время массового похищения людей одновременно из нескольких городов).

Неординарны не только явления, которые изучает Дэррел Симс. Он и сам человек незаурядный. Среди его талантов и увлечений и подводное плавание, и черный пояс по японскому карате, и умение обращаться с дикими животными, такими как бенгальские тигры или горные львы. И при этом все, что имел дело с Дэррелом, неизменно говорят, что он на редкость сострадательный человек, помогающий каждому, кто в нем нуждается. Возможно, тайна этого экзотического букета личностных характеристик кроется в его корнях: кровь индейцев чероки смешалась в жилах Дэррела с кровью ирландской.

Об этом человеке ходят легенды. Однажды в присутствии нескольких десятков человек он в прямом смысле слова оживил скончавшуюся женщину. Дэррел прижал к себе ее безжизненное

они не прочь иметь под рукой не что более податливое, легко управляемое, контролируемое.

А.: Ты говоришь о генной инженерии?

Д.С.: Это одно из направлений наших исследований. Большинство случаев, которые мы изучаем, свидетельствует о том, что пришельцы у женщин изымали яйцеклетку, а у мужчин — образцы спермы. Зачем?

А.: А что делает ваша организация, чтобы побольше узнать о действиях пришельцев?

Д.С.: Много. Но об этом довольно подробно рассказано на моих сайтах: <http://www.Firstevidence.org>, <http://www.alienhunter.org> и <http://www.alienimplants.com>. Мы, например, проводим определенные генетические тесты и изучаем их технологии. Разумеется, используем то, что удастся найти, поскольку большую часть информации от нас утаивают.

А.: Ты хочешь сказать, что правительство о пришельцах знает, но предпочитает молчать?

Д.С.: Думаю, что те структуры, которые хранят тайну, сами ее боятся. Пришельцы, посещающие нас, — не прогрессивная цивилиза-

ция, они не горят желанием прийти нам на помощь. Я не уверен, что они действуют нам во благо. Инопланетяне не торопятся рассказывать правду о своих намерениях кому бы то ни было, вместо этого они пичкают самыми разными небывальщинами тех, кого похищают.

А.: И, кажется, действуют не безуспешно?

Д.С.: Увы! Я как-то рассказал своему приятелю — психологу о том ужасном похищении, которое я пережил в 17-летнем возрасте. Он выслушал меня, а потом говорит: «Знаешь, Дэррел, как-то это не стыкуется с тем, как все должно быть». Спрашиваю: «А как должно быть?» — «Ну они приземляются на лужайке у Белого дома и дают президенту прибор, с помощью которого он сможет познакомиться с их цивилизацией...» Я удивленно посмотрел на своего знакомого. Ну что тут скажешь? «Нет, — говорю, — все происходит совсем иначе. Что бы мы себе ни внушали о том, кто они такие и почему находятся здесь, нам нужно трезво оценивать действительность. Они вовсе не те, за кого мы их принимаем. Не сто-

ит думать о них лучше, чем они есть на самом деле. А после моей последней встречи с пришельцами я вообще боюсь за нас всех...»

А.: Что-то и я начинаю уже бояться, Дэррел. Давай сделаем перерыв...

От автора

Надеюсь, этот диалог дает некоторое представление о том, кто он, Дэррел Симс, охотник за пришельцами. А охотится он за ними, надо сказать, по всем правилам уголовного сыска, и не случайно. Во-первых, потому, что, по его мнению, многие из деяний представителей иных миров подпадают под статьи нашего Уголовного кодекса — это и похищения людей, и нанесение увечий, иной раз даже убийства. Во-вторых, потому, что жертвой таких похищений стал и младший брат Дэррела, и его сын, и кое-кто из других родственников. Так что личные мотивы здесь тоже присутствуют.

В уфологии и вообще в вопросах паранормальных явлений его никогда не устраивала роль простого собирателя фактов. Он действует как самый настоящий следователь,

если хотите, сыщик или охотник. Он берет след и тщательно собирает вещдоки — имплантаты, медицинские заключения, данные лабораторных анализов, магнитофонные записи, видеозаписи... Он объединил вокруг себя удивительную команду профессионалов самого высокого класса — химиков, физиков, психологов, врачей. Среди его соратников есть и абдуктанты, то есть те, кто по собственному опыту знает о переживаниях человека, растерявшегося при столкновении с чем-то непонятным, фантастическим, а порой и трагическим. С такими людьми Дэррел лично проводит сеансы гипноза, а если нужно хирургически извлечь из их тела имплантат, то он обеспечивает и гипнотическую анестезию.

Похоже, что Симс уже основательно изучил повадки пришельцев, особенности их поведения, методику похищения ими людей. Пристальное исследование похищаемых привело его к обнаружению своего рода отпечатков пальцев, которые оставляют представители иных цивилизаций.

Самый поразительный и убедительный «след» пришельцев —

ния, которые изучает Дэррел Симс. Он и сам человек незаурядный. Среди его талантов и увлечений и подводное плавание, и черный пояс по японскому карате, и умение обращаться с дикими животными, такими как бенгальские тигры или горные львы. И при этом все, кто имел дело с Дэррелом, неизменно говорят, что он на редкость сострадательный человек, помогающий каждому, кто в нем нуждается. Возможно, тайна этого экзотического букета личностных характеристик кроется в его корнях: кровь индейцев чероки смешалась в жилах Дэррела с кровью ирландской.

Об этом человеке ходят легенды. Однажды в присутствии нескольких десятков человек он в прямом смысле слова оживил скончавшуюся женщину. Дэррел прижал к себе ее безжизненное тело и стал что-то шептать на ухо, будто мертвые и вправду могут слышать. Потом, кстати, она подтвердила, что услышала-таки его слова.

Кроме всего прочего, о Дэрреле Симсе говорят, что его характер сложен и противоречив. Похоже, что так оно и есть. Но, возможно, именно поэтому общаться с таким человеком невероятно интересно.

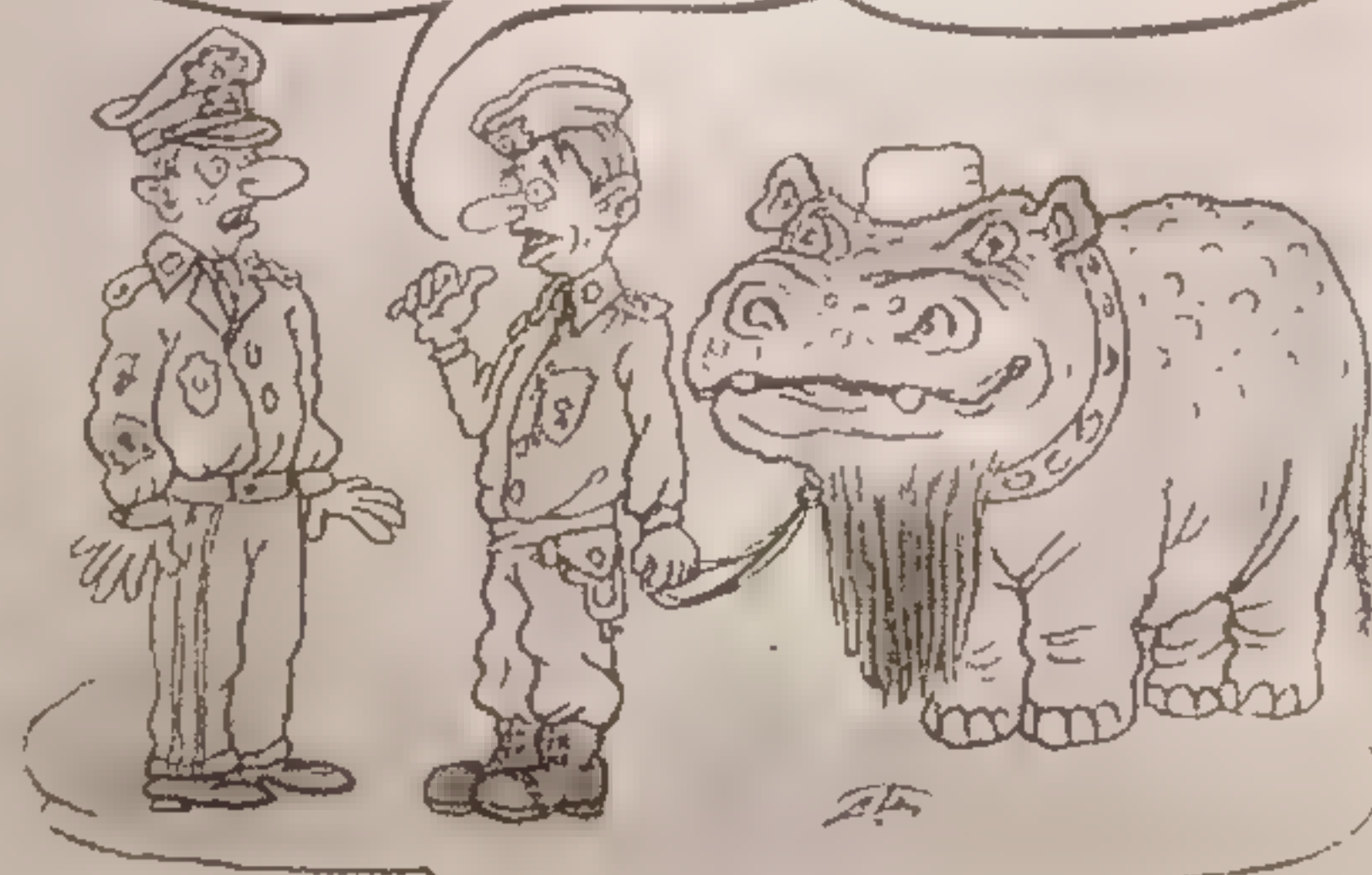
Светлана АНИНА

ПЕНТАГОН ГОТОВИТСЯ К... ТЕЛЕПОРТАЦИИ

По мнению уфологов, секрет устройства техногенных НЛО может быть связан с телепортацией — возможностью мгновенного перемещения объектов на большие расстояния. И самое поразительное — имеются более или менее убедительные доказательства этой теории! По крайней мере, так утверждал отставной армейский полковник Филипп Корсо... В 40-е гг. Корсо служил офицером в Отделе иностранных оборонных технологий при Министерстве обороны США. Незадолго до своей кончины он выпустил в свет книгу «На другой день после Розуэлла», повествующую о знаменитой катастрофе «летающей тарелки» в окрестностях Розуэлла в 1947-г.

По словам полковника, крушение НЛО действительно имело место, и этот факт власти тщательно скрыли. Детали летательного аппарата и другие предметы внеземного происхождения, оставшиеся после аварии, поручили исследовать именно Корсо. Он должен был не просто изучить их, а отобрать образцы, пригодные в дальнейшем для работы над новыми научными технологиями. Если верить бывшему полковнику, многие технические новинки последнего времени — приборы ночного видения, волоконная оптика, пуленепробиваемый материал кевлар, а также компьютерные микро-

При телепортации вышла трансформация Бен Ладена Усама в нильского гиппопотама!



схемы — разработаны на основе образцов, хранившихся в секретном шкафу в его кабинете. Среди артефактов, оказавшихся в распоряжении Корсо, находились элементы устройства, позволяющего объекту перемещаться в пространстве со скоростью света, то есть телепортироваться!

Совсем недавно ученым удалось доказать физическую возможность телепортации отдельных квантовых частиц — фотонов. Благо-

даря тому, что фотон не имеет массы, но является носителем энергетического импульса, его скорость может превышать скорость света. Таким образом, можно построить прибор, в основе действия которого лежит квантовая теория электромагнитного поля.

Генри Эверетт, сотрудник Центра оборонных исследований в Дарэме (Северная Каролина), пока отрицает возможность телепортации людей и материальных объектов в современных условиях. Однако, как заявил ученый в интервью журналу «Defense News», военное ведомство США в сотрудничестве с оборонными научно-исследовательскими ор-

ганизациями и Управлением национальной безопасности сейчас разрабатывает уникальную систему, способную мгновенно передавать информацию.

Это лишь часть грандиозного проекта по созданию квантового компьютера, по мощности намного превышающего обычный. Так, супермашина сможет производить множество вычислений одновременно и с огромной скоростью.

Прибор для телепортации будет, скорее всего, похож на стандартный портативный компьютер или сотовый телефон, но действовать он станет по совершенно иному принципу. В перспективе с помощью этого аппарата предполагается передавать информацию практически на неограниченное расстояние. При этом телепортационная связь обеспечит полную анонимность сообщений, не позволяя определить местонахождение их отправителя и получателя, что, естественно, вызовет интерес к новинке со стороны спецслужб и других структур подобного рода.

По словам Генри Эверетта, уже изготовлен опытный образец, позволяющий телепортировать информацию на расстояние свыше 40 км.

Существует ли связь между откровениями Филиппа Корсо и сегодняшними разработками Пентагона? Не исключено, что в основе данного изобретения действительно лежит некая засекреченная инопланетная технология, хотя кто может знать наверняка?

Дина КУНЦЕВА

С ама по себе встреча с «летающей тарелкой» может быть чревата серьезными неприятностями.

29 декабря 1980 г. близ Хьюстона (штат Техас, США) Вики Лэндрам, Бетти Кэш и внук Вики по имени Колби, проезжая на машине через лес, увидели над деревьями яркое свечение. Постепенно оно сформировалось в объект металлического цвета с голубыми огнями внизу. Похоже, это был летательный аппарат неизвестного происхождения. Он двигался скачками над верхушками деревьев, время от времени испуская столбы синего пламени и издавая гудящие звуки.

Сидевшая за рулем Бетти Кэш остановила автомобиль, и все трое выбрались наружу, чтобы поглядеть на необычное зрелище. Они хотели подойти поближе к объекту, но исходящий от него сильный жар остановил их. «Это Иисус, — заявила Вики Лэндрам. — Он не причинит нам вреда». Однако ее внук уговорил обеих женщин вернуться в машину. Отъезжая, они заметили, что НЛО окружил целый рой вертолетов...

Несколько часов спустя у Кэш и Лэндрамов появились волдыри на коже, разболелась голова и расстроился желудок. Позднее у миссис Лэндрам начали выпадать волосы. Больше всего не повезло Бетти Кэш: у нее отнялись ноги и так распухли веки, что она не могла открыть глаз. Впоследствии у Бетти выявили рак.

Никому из очевидцев этого происшествия так и не пришлось в голову, что они столкнулись с чем-то сверхъестественным. Пострадавшие подали в суд на американское правительство, требуя компенсацию 20 млн. долларов за ущерб здоровью, причиненный встречей с неизвестным авиационным объектом. Однако в иске им отказали, сославшись на то, что ВВС США не имеют в своем распоряжении такого рода летательных аппаратов.

Между тем, согласно заключению врачей, обе женщины и мальчик подверглись воздействию сильного электромагнитного излучения. Случаем Кэш — Лэндрам заинтересовались и уфологи. Обследовав автомобиль Бетти Кэш, они обнаружили на пластмассовой приборной доске следы оплавления: очевидно, причиной тому был жар, исходящий от НЛО.

Гораздо чаще резкое ухудшение самочувствия людей после встречи с НЛО является результатом различных медицинских экспериментов, которые проделывали над ними пришельцы. При этом

Пока родные Виктора Даниловича готовились к пикнику, старик пошел прогуляться по близлежащей роще. Там на одной из полян он наткнулся на стоявший на треножнике дисковидный объект диаметром приблизительно 7–8 м. В боку «тарелки» зиял распахнутый люк, из которого на землю спускался

Внутри «тарелки» старика уложили лицом на пол. Раздался негромкий гул, аппарат завибрировал. Буриков понял, что НЛО взлетел. Полет, по его ощущениям, занял всего несколько минут, затем гул затих и журналиста вынесли наружу.

ченной винтом. Мозг обожгло огнем.

Эту экзекуцию инопланетянин повторил несколько раз, после чего старика втащили в «тарелку» и вскоре высадили на знакомой поляне. Подняв голову, он успел разглядеть, как НЛО взмывает ввысь и уносится прочь.

Виктор Данилович с трудом смог подняться с земли: кости ныли, голову раздирала невыносимая боль, сильно тошнило...

Через 3 месяца он умер от прогрессирующего паралича

Пришельцы способны также неестественным образом трансформировать физическую оболочку человека. В 1972 г. мексиканские исследователи Хорхе Рейхерт и Сальвадор Фрейхедо встретились с неким Хериберто Гарза, уверявшим, что он с некоторых пор регулярно поддерживает связь с инопланетянами.

Хериберто рассказал, что однажды в его квартире появился рослый незнакомец с мягкими, женоподобными чертами лица и на чистом испанском

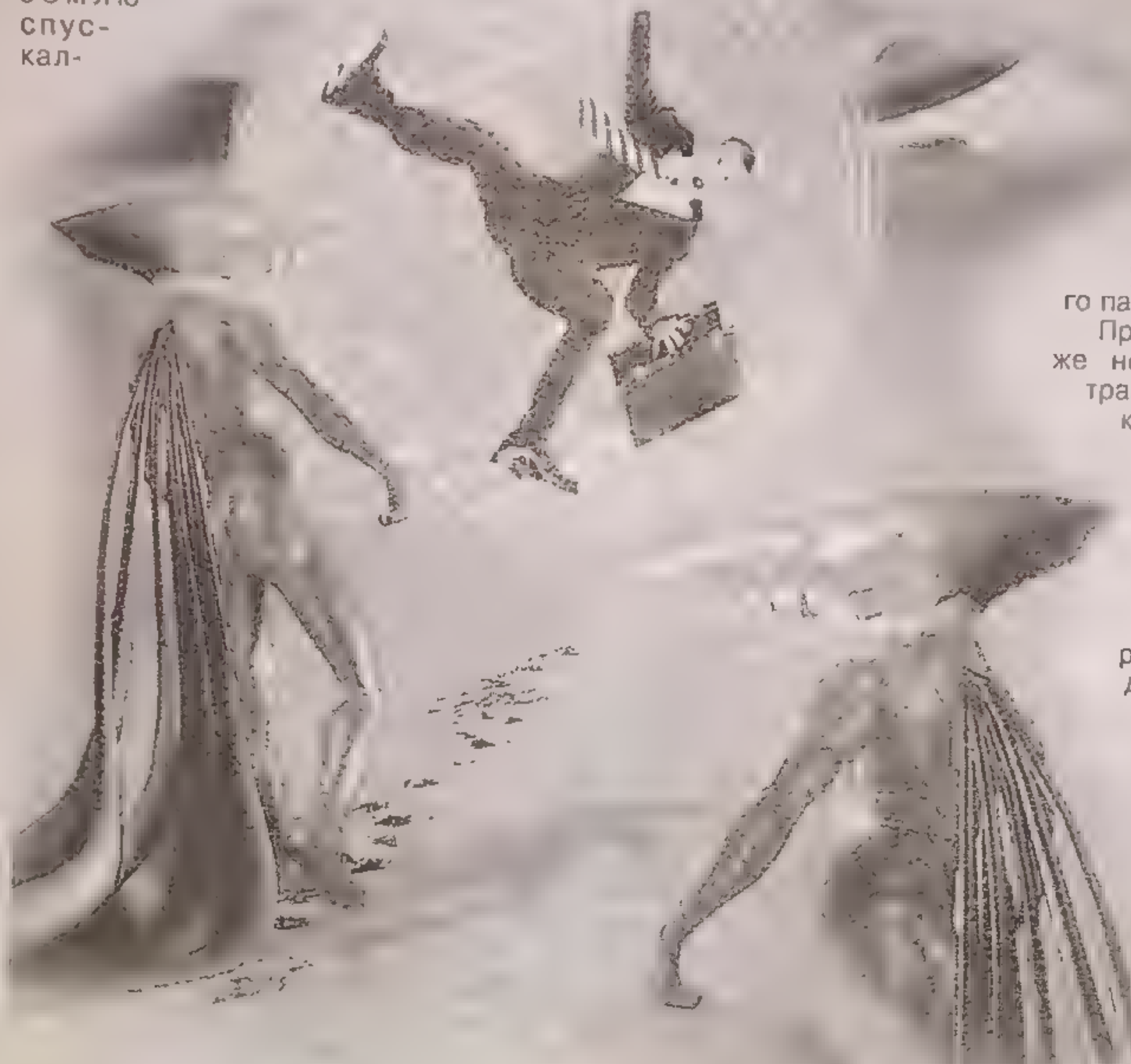
С того дня пришельцы постоянно поддерживали с Гарза телепатический контакт, в голове у него звучали голоса, говорившие на непонятном языке. Однажды утром, когда он брился, его изображение в зеркале исчезло и возникло вновь лишь через несколько секунд. Постепенно психика Хериберто совсем расстроилась, он был вынужден обратиться к врачам.

Можно было бы принять его за обычного шизофреника, но Хериберто Гарза продемонстрировал явившимся к нему с визитом исследователям свой обнаженный живот, покрытый множеством... поросших волосами сосков! «Это сделали инопланетяне», — сказал он. Рейхерт и Фрейхедо предположили, что в организм контактера ввели неизвестное вещество, изменившее его генетический код. Они собирались изучить этот феномен в лаборатории, но Гарза бесследно исчез. Вероятно, он был похищен своими космическими «друзьями».

Декабрьским утром 1988 г. мексиканец по имени Педро вместе с другом поджидали на теннисном корте, расположенном в одном из пригородов Мехико, своих партнеров по игре. Внезапно неподалеку приземлился НЛО, из которого вышли два низкорослых существа в серых скафандрах. Их лица напоминали человеческие.

Что произошло дальше, установить трудно. Спустя примерно 20 мин. «тарелка» улетела. Друзья решили никому не рассказывать о случившемся, боясь, что их сочтут сумасшедшими. На следующий день Педро пришел на работу на автосборочный завод и неожиданно для сослуживцев забился в конвульсиях. Заводской врач направил больного к психиатру, так как тот все время твердил об инопланетянах. Психиатру Педро поведал о своей встрече с пришельцами, упомянув о том, что те ввели ему загадочное вещество. Однако серьезного обследования медики так и не провели, а просто-напросто отправили контактера в «психушку».

Большинство уфологов и участников контактов с НЛО сегодня полагают, что в отношении пришельцев к нам нет никаких опасностей.



Далеко не все контакты людей с НЛО и пришельцами заканчиваются благополучно. Различные заболевания, тяжелые психические стрессы и даже невероятные физические мутации — вот далеко не полный перечень последствий...

Каковы же основные опасности, подстерегающие контактеров?

Один из них — короткий трап. Внезапно Буриков ощутил, как его тело стало наливаться свинцовой тяжестью, он

КОНТАКТЕРЫ ПОПОЛНЯЮТ «ПСИХУШКИ»

поведал ему, что прибыл с планеты Ауко, обитатели которой способны преодолевать любые физические препятствия, в том числе и проходить сквозь

После этого Гарза

Он увидел перед собой горные вершины, между которыми по узкой долине пробегае

КОНТАКТЕРЫ ПОПОЛНЯЮТ «ПСИХУШКИ»

Далеко не все контакты людей с НЛО и пришельцами заканчиваются благополучно. Различные заболевания, тяжелые психические стрессы и даже невероятные физические мутации — вот далеко не полный перечень последствий... Каковы же основные опасности, подстерегающие контактеров?

Один из контактов с НЛО произошел с Виктором Даниловичем Буриковым. Внезапно Буриков ощутил, как его тело стало наливать свинцовой тяжестью, он не мог пошевелить ни рукой, ни ногой.

Кто-то подхватил Виктора Даниловича сзади под локти и понес. Это были два гиганта ростом около 2 м, одетые в светло-серебристые обтягивающие комбинезоны. Головы и лица незнакомцев закрывали шлемы с прозрачными щитками.

Он увидел перед собой горные вершины, между которыми по узкой долине пробежала небольшая речушка. На ее берегах он разглядел 7 или 8 «летающих тарелок», подобных той, которая доставила его сюда. Рядом бродили пришельцы в светло-серебристых скафандрах. Один из них приблизился к Бурикову и прикоснулся к его голове какой-то проволокой, закру-

поведал ему, что прибыл с планеты Ауко, обитатели которой способны преодолевать любые физические препятствия, в том числе и проходить сквозь стены.

После этого Гарза перенесли на космический корабль, где находились другие инопланетяне. Внешне все они были похожи друг на друга. Один из них взял у землянина кровь из безымянного пальца. Далее Хериберто ничего не помнил и пришел в себя, сидя в кресле в собственной гостиной.

20 мин. «тарелка» улетела. Другая решила никому не рассказывать о случившемся, боясь, что их сочтут сумасшедшими. На следующий день Педро пришел на работу на автосборочный завод и неожиданно для сослуживцев забился в конвульсиях. Заводской врач направил больного к психиатру, так как тот все время твердил об инопланетянах. Психиатру Педро поведал о своей встрече с пришельцами, упомянув о том, что те ввели ему загадочный препарат, сделавший его «похожим на орех». Однако серьезного обследования медики так и не провели, а просто-напросто отправили контактера в «психушку».

Большинство уфологов и участников контактов с НЛО сегодня полагают, что в отношении пришельцев к нам нет ничего гуманного. Они просто используют людей в собственных целях, не особенно считаясь с их интересами. Поэтому, как бы вас не терзало любопытство, старайтесь все же избегать общения с братьями по разуму!

Ирина ШЛИОНСКАЯ

А МОЖЕТ БЫТЬ, ЭТО БЫЛИ НЛО?

Журнал «Вокруг света» в 1913 г. опубликовал такую реплику: «В последнее время в газетах часто приходится читать о «загадочных воздушных кораблях», свет прожекторов которых бывает виден на северо-западе. Следует заметить, что эти «воздушные корабли», может быть, являются не чем иным, как планетой Венера, которая теперь по вечерам горит, подобно отдаленному электрическому фонарю. Вероятно, ее и принимают за аэропланы и проч.»

ТАЙНА ЛУННЫХ БАШЕН

Британская организация «Экспедиция на Марс» несколько лет назад получила от Пентагона уникальные фотографии Луны. Расшифровка этих некогда секретных снимков позволила ученым высказать предположение о присутствии на ближайшем небесном соседе Земли инопланетной цивилизации. Об этом сообщила газета «The Mirror».

Так, в районе «Синус меди» (Центрального залива) лунный кратер Укерт имеет форму равнобедренного треугольника. Более того, он расположен в центре лунной поверхности в ближайшей к Земле точке. Здесь обнаружены гигантская насыпь, возвышающаяся над поверхностью на 3 км, и огромный холм, состоящий из нескольких «башен», поднимающихся над поверхностью на 11 км.

Ученые, проанализировав при помощи вычислительной техники эти феномены, выяснили, что более освещенными оказались не районы снаружи, как это должно быть, а их внутренняя часть. На основании этого исследователи пришли к выводу, что «мы имеем дело с хрусталеобразным прозрачным кристаллическим материалом или неким подобием стеклопластика, огромный слой которого покрывает значительную территорию и имеет специфическую геометрию». Стеклопластик этот по своей структуре похож на сталь, а по прочности и долговечности не имеет себе равных.

Исследователи «Экспедиции на Марс» полагают, что вертикальные «башни» на Луне были покинуты миллионы лет назад и постепенно разрушались метеоритными ливнями. Кто и зачем возвел эти сооружения, ученые пока не знают.

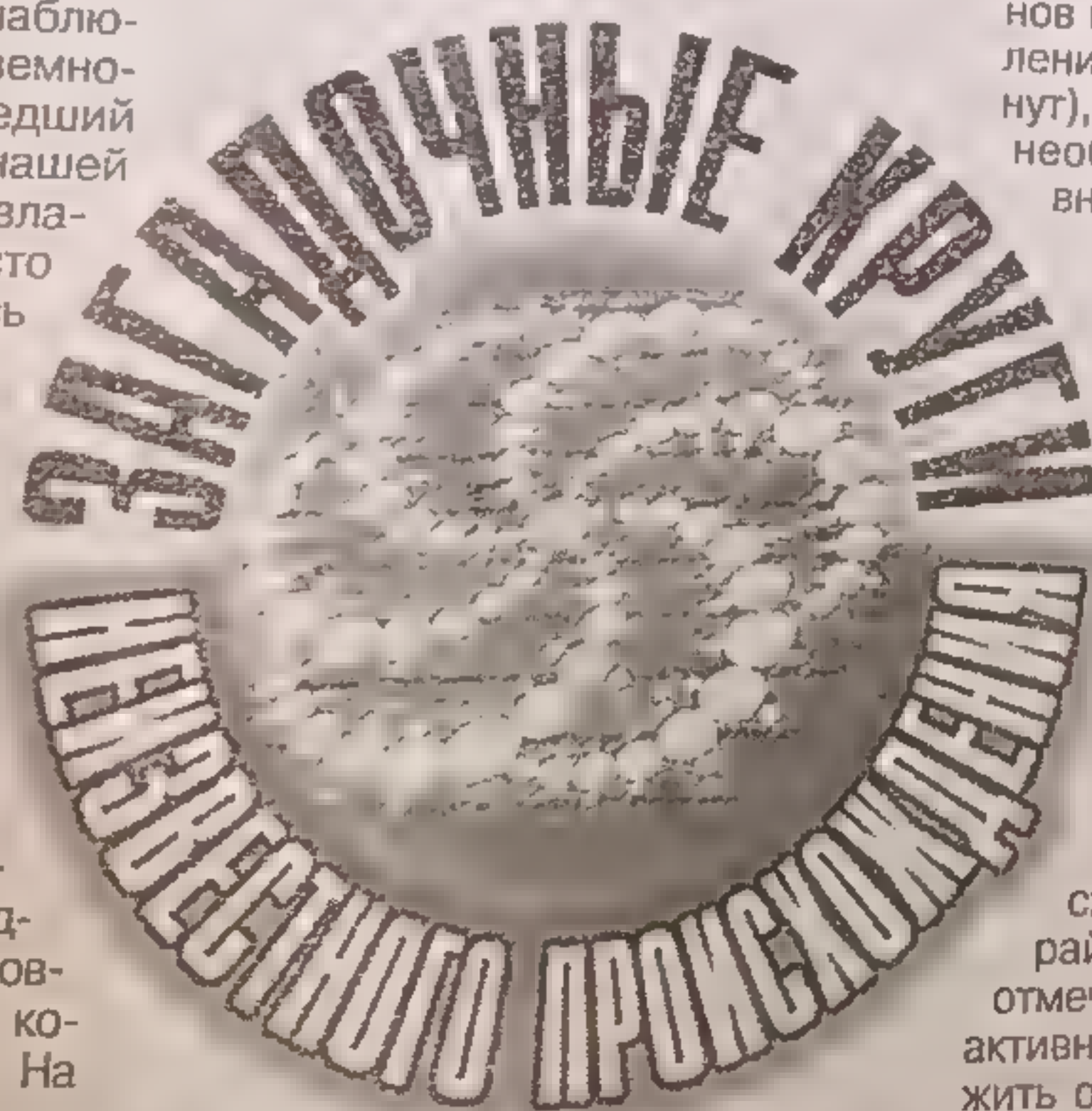
компенсацию 20 млн. долларов за ущерб здоровью, причиненный встречей с неизвестным авиационным объектом. Однако в иске им отказали, сославшись на то, что ВВС США не имеют в своем распоряжении такого рода летательных аппаратов.

Между тем, согласно заключению врачей, обе женщины и мальчик подверглись воздействию сильного электромагнитного излучения. Случаем «Кэш — Лендрам» заинтересовались и уфологи. Обследовав автомобиль Бетти Кэш, они обнаружили на пластмассовой приборной доске следы оплавления: очевидно, причиной тому был жар, исходящий от НЛО.

Гораздо чаще резкое ухудшение самочувствия людей после встречи с НЛО является результатом различных медицинских экспериментов, которые проделывали над ними пришельцы. Причем подобные бесчеловечные опыты в отдельных случаях даже приводили к летальному исходу...

Солнечным октябрьским днем 1984 г. 80-летний ростовский журналист Виктор Данилович Буриков, несмотря на преклонный возраст, сохранивший хорошее физическое здоровье и ясность ума, отправился с семьей отдохнуть на левый берег Дона.

то время был еще очень тонким, а круг находился достаточно далеко от берега. Кроме того, к странному образованию не вело никаких



следов. Канадские исследователи считают, что круг возник на месте посадки НЛО. Действительно, уфологи уже неоднократно отмечали факт появления странных от-

печатков на снегу после предполагаемых посадок неопознанных летающих объектов, о которых сообщали очевидцы. В первую очередь возникает аналогия с кругами на полях. У этих феноменов много общего: скорость появления (в пределах нескольких минут), идеальная форма, размеры, необычные особенности зоны внутри окружности...

Согласно предположению президента объединения «Космопоиск» В. А. Чернوبرова, тщательно изучавшего феномен «кругов на посевах», они являются упорядоченной структурой. Если указать точки появления кругов на карте, выяснится, что они образуют три, а то и четыре опоясывающие линии. Проходя под небольшим углом к широтам, «пояса» сходятся в одной точке в том районе Великобритании, где отмечена наибольшая «круговая» активность. Так вот, если продолжить одну из линий, то она пройдет как раз поблизости от того озера в провинции Онтарио, где был найден загадочный круг на снегу...

Алексей МАЛИНИН

феномен таинственных кругов, который исследователи связывают с НЛО, все чаще наблюдается в различных точках земного шара. Только за прошедший год во многих регионах нашей страны на полях, засеянных злаковыми культурами или просто заросших травой, появились новые окружности неизвестного происхождения.

Явление это уже давно получило условное название «круги на посевах». Однако, как выяснилось, загадочные рисунки возникают не только там, где есть растительность. В декабре 2000 г. в канадской провинции Онтарио местные жители обнаружили «свеженький» скорпиониз на поверхности одного небольшого озера. Озеро совсем недавно покрылось льдом, который засыпал выпавший снег. На этом снегу и образовался круг идеальной формы диаметром 4,5 м. Фермер, во владении которого находится озеро, утверждает, что это произошло в течение одной ночи.

Проделки шутников пришлось исключить сразу. Лед на озере в

Мир зазеркалья, №5(104), 2002 г.

В XX в с возникновением боники, изучающей уникальные свойства животных, научно-технический прогресс сделал резкий рывок вперед. Благодаря своеобразному плагиату, когда человек заимствовал и использовал в своих целях изобретения природы, было создано множество приборов и аппаратов, успешно применяющихся сегодня в самых разных отраслях жизнедеятельности людей.

Гремучая змея, например, наделена удивительным органом, при помощи которого она видит тепловые (инфракрасные) лучи (две ямки на голове, напоминающие пару ноздрей). Ночная зоркость гремучников потрясающая — даже на расстоянии 200 м они способны увидеть выползшую из норки полевую мышшь и поймать ее! Разглядев своеобразный тепловой портрет, змея может уловить разницу температур даже в тысячную долю градуса! Эта поразительная особенность рептилии была использована людьми при создании некоторых медицинских приборов.

А вот обыкновенная лягушка умеет виртуозно ловить языком комаров и мошек. Сидя неподвижно, она ждет, пока очередное насекомое не окажется от нее на таком расстоянии, когда его можно будет достать языком. Тогда она мгновенно выбрасывает свое «лассо», и жертва тотчас же попадает в ее желудок. Лягушке помогает особая «система оповещения». Исследователи установили, что она видит насекомых лишь тогда, когда они пролетают перед ее глазами по определенной траектории и в непосредственной близости от языка. Только в этом случае в мозг лягушки от глаз передается сигнал: «Вижу пищу!», причем сигналы поступают не от одной, а сразу от двух групп нервных клеток. Одна из них отправляет информацию о форме насекомого, появившегося в поле зрения, а другая о том, насколько четко и контрастно выглядит потенциальная жертва. Такая раздельная передача информации помогает лягушке быстро и точно определить положение насекомого в пространстве. В начале 70-х гг. этот принцип зрения был применен в создании машин, пред-

Многие животные наделены природой удивительными способностями и возможностями. Порой их организмы служат образцом для людей, создающих высокоточные приборы и устройства. По чувствительности, надежности и умению приспосабливаться к различным условиям с биологическими чудо-приборами не могут сравниться даже самые совершенные механизмы, рожденные человеческой мыслью.

ЖИВЫЕ ЧУДО-ПРИБОРЫ

И даже, казалось бы, примитивные и мало кем любимые мухи имеют неоценимое значение для науки. Многие десятилетия зоологов интересовал один загадочный орган двукрылых насекомых — жужжальце. Он похож на булавку: головка на тонком черенке. Поначалу бытовало мнение, что мухи при помощи этого органа только жужжат, но все оказалось гораздо сложнее. Без жужжальца насекомые не могут лететь по прямой. Во время полета жужжальце вибрирует, каждый раз, когда изменяется направление движения, черенок вытягивается, и муха тут же выравнивает траекторию своего полета. Когда этот секрет был раскрыт, его использовали для создания нового, очень важного прибора.

Все та же муха оказала людям и другую важную услугу. Как известно, строение глаза этого насекомого сильно отличается от строения глаза человека. Глаза мухи, состоящие из особого сетчатого экрана, позволяют ей видеть не одно, а множество изображений какого-либо предмета. Когда этот предмет движется, он как бы переходит из одного изображения в другое, что, в свою очередь, дает возможность с большой точностью определять скорость его перемещения. По-

В некоторых случаях науке и инженерной мысли так и не удается угнаться за даром сверхчувствительности животных. К примеру, по сей день одним из лучших «приборов» по предсказанию погоды является рыба голец, которую любят разводить в домашних условиях китайцы и жители многих других стран. В ясную погоду голец лежит на дне аквариума без движения, лишь изредка позволяя себе передвигаться на небольшие расстояния. В теплую, но облачную погоду рыбка немного оживает, однако движения ее по-прежнему ленивы и медлительны. Если же погода

случится буря. В надежности этого живого барометра можно быть абсолютно уверенным: голец безошибочно предсказывает изменения погоды в 97–98 случаях из 100. Ни один прибор на такую точность пока что не способен!

Даже славящиеся своими достижениями в области техники и приборостроения японцы не обходятся без помощи водоплавающих созданий. В реках и озерах Японии, главной бедой которой являются землетрясения, водятся несколько видов рыб-малюток, очень чутко реагирующих на любые сейсмические процессы. За 5–8 часов до землетрясения всегда спокойно малютки начинают бешено метаться по аквариуму, предупреждая тем самым о грозящей беде. Именно благодаря им были спасены многие тысячи человеческих жизней. Чувствительны рыбки и к изменениям атмосферного давления. Органом-синоптиком у этих рыбок является их плавательный пузырь.

Обыкновенные золотые рыбки могут заменить прибор, определяющий качество очищенных сточных вод. Если взять порцию проверяемой воды, десятикратно развести ее и запустить в нее «живые индикаторы», рыбки мгновенно почувствуют в воде присутствие ядовитых веществ и тут же начнут сутеться, хаотично перемещаться.

Предсказать землетрясение могут и некоторые другие виды рыб. Летом 1923 г. на морском побережье близ Токио была обнаружена глубоководная усатая треска. Два дня спустя там разразилось страшное землетрясение, унесшее 143 тыс. человеческих жизней. Подобные случаи происходили неоднократно, последний в 1995 г. на японском острове Авадзи. Тогда погибло свыше 5 тыс. человек. И каждый раз незадолго до ЧП глубоководная треска покидала морские глубины и оказывалась на берегу. Начиная с 60-х гг. XX в. японские сейсмологи наблюдают за треской и стараются заблаговременно предупреждать своих сограждан об опасности. Жертв с тех пор действительно стало меньше, но, увы, рассчитывать все досконально и эвакуировать в кратчайшие сроки сотни тысяч потенциальных смертников невозможно. Остается лишь уповать на проведение и принимать посильные меры безопасности, тем самым реально снижая риск гибели людей.

Можно еще долго перечислять уникальные возможности животных. Мир по-прежнему скрывает от нас множество волнующих тайн и

жестом тотчас же попадает в ее желудок. Лягушке помогает особая «система оповещения». Исследователи установили, что она видит насекомых лишь тогда, когда они пролетают перед ее глазами по определенной траектории и в непосредственной близости от языка. Только в этом случае в мозг лягушки от глаз передается сигнал: «Виджу пищу!», причем сигналы поступают не от одной, а сразу от двух групп нервных клеток. Одна из них отправляет информацию о форме насекомого, появившегося в поле зрения, а другая о том, насколько четко и контрастно выглядит потенциальная жертва. Такая раздельная передача увиденного помогает лягушке быстро и точно определить положение летящей мошки в пространстве. В начале 70-х гг. этот принцип раздельного видения был применен в электронных машинах, предназначенных для чтения рукописных текстов. Один узел электронного мозга машины следил за формой знаков, второй — за их контрастностью. Позже эту идею использовали при создании современных сканеров.

ПРИБОРЫ

И даже, казалось бы, примитивные и мало кем любимые мухи имеют неоценимое значение для науки. Многие десятилетия зоологов интересовал один загадочный орган двукрылых насекомых — жужжальце. Он похож на булаву: головка на тонком черенке. Поначалу бытовало мнение, что мухи при помощи этого органа только жужжат, но все оказалось гораздо сложнее. Без жужжальца насекомые не могут лететь по прямой. Во время полета жужжальце вибрирует, каждый раз, когда изменяется направление движения, черенок вытягивается, и муха тут же выравнивает траекторию своего полета. Когда этот секрет был раскрыт, его использовали для создания нового, очень важного прибора — вибрационного гироскопа. Он высокочувствителен и мгновенно фиксирует любые изменения движения сверхзвуковых самолетов. Применявшийся прежде обычный гироскоп — волчок — работал в таких случаях не всегда точно.

Все та же муха оказала людям и другую важную услугу. Как известно, строение глаза этого насекомого сильно отличается от строения глаза человека. Глаза мухи, состоящие из особого сетчатого экрана, позволяют ей видеть не одно, а множество изображений какого-либо предмета. Когда этот предмет движется, он как бы переходит из одного изображения в другое, что, в свою очередь, дает возможность с большой точностью определять скорость его перемещения. После того как принцип устройства глаз насекомого был изучен биологами, инженеры смогли создать новый прибор, который называли «Глаз мухи». С его помощью теперь определяют скорость полета современных авиалайнеров.

В некоторых случаях науке и инженерной мысли так и не удается угнаться за даром сверхчувствительности животных. К примеру, по сей день одним из лучших «приборов» по предсказанию погоды является рыба-голец, которую любят разводить в домашних условиях китайцы и жители многих других стран. В ясную погоду голец лежит на дне аквариума без движения, лишь изредка позволяя себе передвигаться на небольшие расстояния. В теплую, но облачную погоду рыбка немного оживает, однако движения ее по-прежнему ленивы и медлительны. Если же голец начинает суетиться и снова вдоль стенок аквариума, можно не сомневаться: вскоре небо обязательно затянется тучами. Ну а если голец мечется по аквариуму вправо-влево и вверх-вниз, то через несколько часов пройдет сильнейший ливень или даже

ли. Неоднократно, последний в 1995 г. на японском острове Авадзи. Тогда погибло свыше 5 тыс. человек. И каждый раз незадолго до ЧП глубоководная треска покидала морские глубины и оказывалась на берегу. Начиная с 60-х гг. XX в. японские сейсмологи наблюдают за треской и стараются заблаговременно предупредить своих сограждан об опасности. Жертв с тех пор действительно стало меньше, но, увы, рассчитать все досконально и эвакуировать в кратчайшие сроки сотни тысяч потенциальных смертников невозможно. Остается лишь уклоняться от бедствия и принимать все возможные меры безопасности, тем самым уменьшая риск гибели людей. Можно еще долго перечислять уникальные возможности животных. Мир по-прежнему скрывает от нас множество волнующих тайн и загадок. И хотя мы стараемся по мере сил разгадывать их, величие, гармония и непревзойденная мудрость всемогущей природы никогда не перестанут восхищать человечество.

Алексей ХУДЯКОВ

ВОТ ТАК ХРАП!

Мелвилл Суистер из штата Мэн (США) вынужден жить в полном одиночестве, в удаленном от соседей домике. Причина его добровольной изоляции — невероятно мощный храп во время сна, от которого буквально сотрясаются окна и стены жилища. Один из приятелей Суистера решил измерить силу его храпа. Прибор показал 82 децибела, что равно уровню шума мотоцикла, едущего на полной скорости. Все старания врачей помочь бедняге результатов не дали. Стоит ли удивляться, что попытки Суистера найти себе подругу жизни потерпели фиаско!

КОРРИДА ПО-КИТАЙСКИ

Коррида пользуется популярностью во многих странах мира. Не является исключением и Китай. Правда, китайская коррида не имеет ничего общего с испанской. Задача китайских тореро — одолеть быка только ловкостью и силой, поэтому они выходят на арену с пустыми руками. Вначале животное нужно разозлить, чтобы бросился на человека, после чего тореро, изловчившись, хватается за рога и резко наклоняет его голову. Для победы необходимо повалить обескураженное животное на спину.

Ответы на суперкроссворд

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Багажник 3. Автопогрузчик 8. Мракобес. 10. Кактус. 11. Автопилот 13. Клад. 14. Нары 15. Атака 17. Анатомия 21. «Глобус» 24. Разум. 25. Кросска 27. Франт 28. СОС. 30. Уда. 32. Признание 33. Махорка. 35. Врата. 36. Маска 37. Койка 39. Калым 41. Зеро 42. Палата 44. Сени. 46. Срок 47. Табор. 50. Копилка 52. Аул. 53. Босс 55. Вето 57. Сидор 58. Иго. 59. Солома. 61. Иск. 62. Лад. 64. Панно. 65. Гофра 66. Яд. 68. Корова 69. Дама 70. Уста. 72. Ода. 73. Роды. 74. Берданка. 76. Панорама 79. Комод 80. Опах. 82. Лектор 83. Колер 84. Камнедробилка. 85. Аквариум.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Балерина. 2. Компания. 3. Азарт. 4. Отбросы. 5. Реклама. 6. Закушка. 7. Космодром. 9. Солдат 12. Огарок 16. Куртизанка. 18. Атомход. 19. Ирис. 20. Азбука 21. Георгий 22. Сфинкс 23. Запеканка. 25. Космонавт 26. Ссора 29. Гном 31. Аргамак 34. Алкоголик 38. Кредо 40. Лорнет 41. Зло 43. Луи. 45. Икс 48. Беда. 49. Раритет 51. Командир 53. Болт 54. Садко 56. Опар 57. СОС 59. Соковыжималка 60. Липа 63. Лодка 65. Грузопоток 67. Драка 68. Корка 71. Топка. 72. Око 74. Байдарка 75. Аэродром 77. Ректор 78. Микроб 81. Клен

ПАРАДОКСЫ КРЫСИНОГО РАЯ

Нет на свете существа противнее, чем крыса, и вряд ли кто сомневается в этом. Но вопреки здравому смыслу в Индии, в самом сердце Раджастана, в 1000 км от Бомбея, крысы живут, словно в раю. В храме Дешнок они считаются священными.

Когда служители выносят крысам тарелки с кормом, животные набрасываются на еду. Сначала кажется, что они бегут совершенно хаотично, но на самом деле у каждой есть свое место. В храме крысы бегают везде и всюду. Служители разговаривают с ними, гладят их, стараясь не делать резких движений, чтобы не пугать зверьков. Здесь для крыс — рай, но так относятся к ним только тут. В Бомбее же, который находится, по индийским меркам, сравнительно недалеко, крысы считаются особо опасным видом грызунов, их ежегодно уничтожают сотнями тысяч, как, впрочем, и везде в мире. Для Индии крысы особенно опасны. Жара и грязь, отсутствие канализации во многих районах того же Бомбея благоприятствуют размножению грызунов. В начале XX в. только в Бомбее и близлежащем штате погибли от эпидемии чумы, которую разносит крысы, более 12 млн. человек.



А тут... Крысы бегают вокруг посетителей, забираются к ним на плечи, их берегут и лелеют. Если кто-нибудь случайно наступит на зверька, он должен заменить несчастного животного серебряной статуэткой, изображающей погибшую крысу.

В этот храм приезжают люди всех возрастов с разных концов страны. Согласно легенде, более 500 лет назад богиня Карниджи, у которой утонул сын, упростила бога смерти Яма вернуть ей маленького мальчика. Бог согласился, но при условии, что ребенок объявится в облике крысы.

Несмотря на то, что крысы чрезвычайно быстро размножаются, эпидемий за всю историю храма здесь не было ни разу. Паломники верят, что общение с храмовыми крысами обещает долголетие. Сюда приходят не только те, кому хочется пожить подольше, но и молодожены, мечтающие о семейной идиллии. Матери приносят на поклон к хвостатым новорожденным, надеясь, что жизнь детишек сложится благополучно и не оборвется из-за несчастного случая.

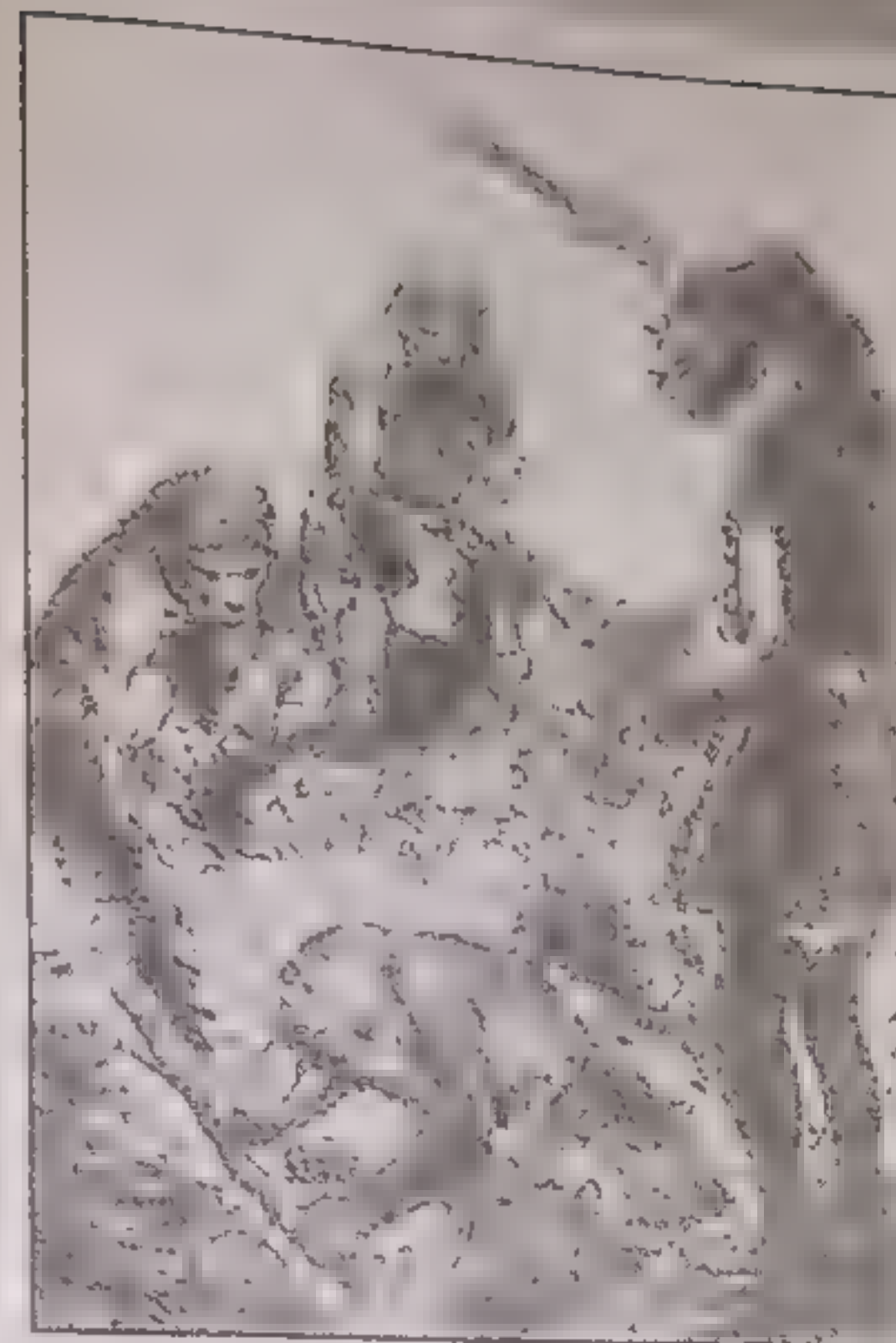
Грызуны никогда не нападают на посетителей храма, они живут своей жизнью, давая возможность страждущим заряжаться их энергией и целительной силой.

Неандертальцы появились в Европе и на Ближнем Востоке примерно 400 тыс. лет назад. Их с полным основанием можно назвать древними людьми. Внешне они отличались от современного человека более массивным строением скелета, наличием костных валиков над глазами, выступающим носом, крупными резцами и отсутствием подбородочного выступа. Однако в целом они были очень похожи на нас, во всяком случае, одетый по последней моде, подстриженный и побритый неандерталец вполне мог бы пройти по центру Москвы, не привлекая особого внимания прохожих и милиции.

Впервые останки этого древнего человека были обнаружены в 1856 г. в долине Неандерталь вблизи Дюссельдорфа (Германия). Находка вызвала бурные споры среди исследователей: большинство археологов не согласилось с мнением, что это останки древнего человека. Известный ученый Рудольф Вирхов, осмотрев фрагмент черепа с глазными валиками и кости, заявил: «Это не предок, а урод. Все его особенности — результат патологии, вырождения от сифилиса или алкоголизма...» Один из археологов даже принял эти кости за останки русского кавалериста, убитого в 1814 г. при преследовании Наполеона... В конце концов справедливость восторжествовала, неандертальцы получили статус древних людей. Но перед учеными сразу встали два вопроса: были ли они нашими предками и почему 30 тыс. лет назад таинственно исчезли?

Загадочное исчезновение

По одной из версий, разумные и сильные неандертальцы, способные изготавливать простые, но эффективные орудия труда, мало чем отличались от других древних людей, с которыми жили бок о бок некоторое время, и в конечном счете были ими ассимилированы. Если это соответствует истине, то характерные ДНК неандертальцев могут быть обнаружены у современного человека. Согласно второй версии, неандертальцы вымерли, не оставив наследников. Возможно, они были другим видом, не способным к биологическому смешиванию с кроманьонцами — предками современных людей.



Похороны первобытного охотника

Примерно 30 тыс. лет назад с просторов Европы и Ближнего Востока исчезли неандертальцы — прежние обитатели этих обширных районов, а им на смену стремительно пришли кроманьонцы — предки современного человека. Что же случилось с неандертальцами? Почему они вымерли? Можно ли их, как и кроманьонцев, считать нашими предками?

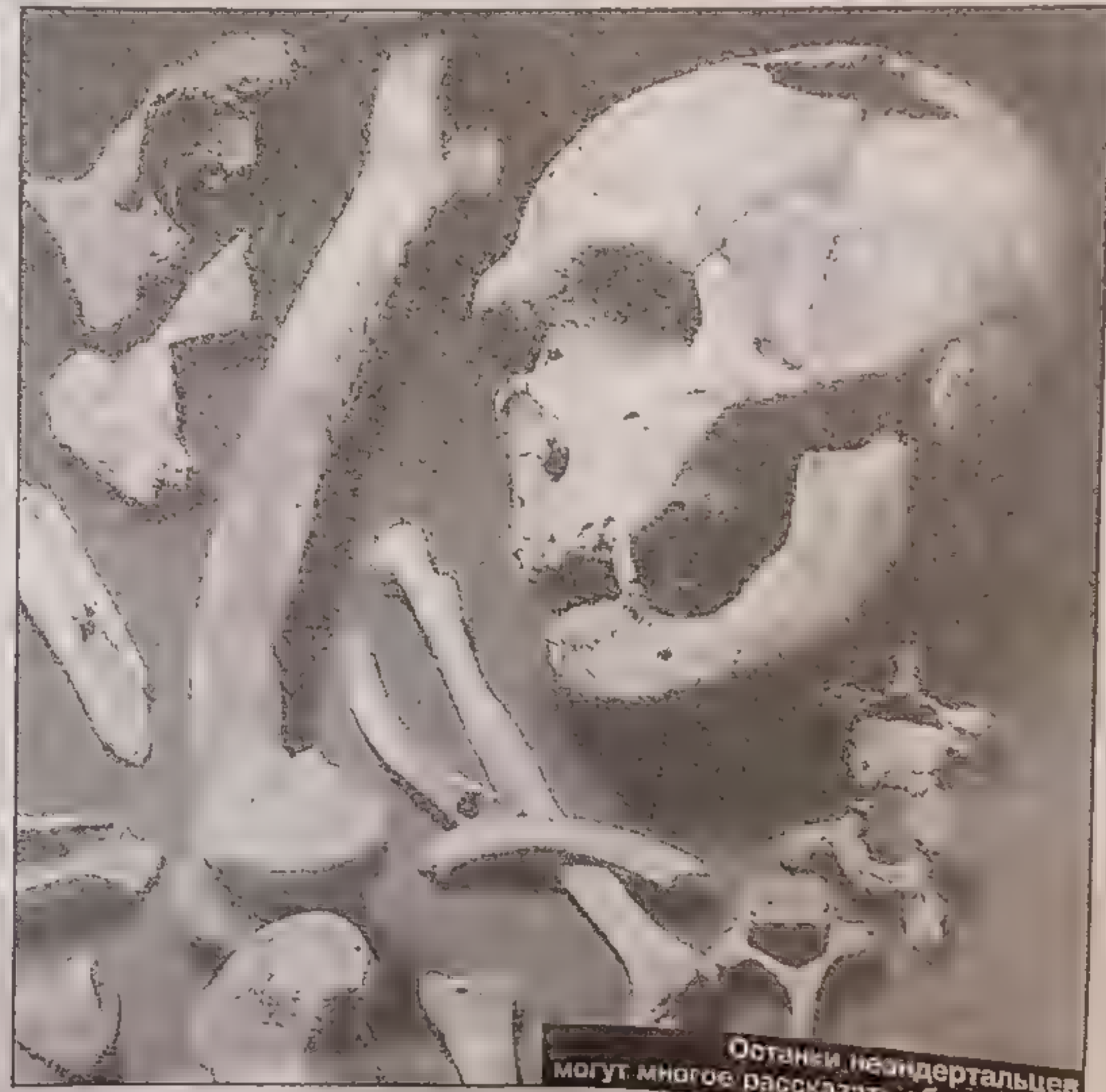
когда-то располагался лагерь неандертальцев, где они разделяли добычу после охоты.

Некоторые исследователи утверждали, что ранние неандертальцы были собирателями, не способными планировать и организовывать такие сложные виды деятельности, как коллективная охота. Однако находка во Франции опровергает это мнение. Многие обнаруженные кости принадлежали взрослым зубрам, очень сильным и опасным животным, одолеть которых можно было только коллективными усилиями. Для такой охоты требовались и

цев и ран наездников, выступающих на родео. Таким образом, исследование Бергера подтверждает предположение, что древние охотники получали свои травмы, вступая в тесный контакт с крупным и опасным животным. Но если участники современных родео — хозяева своей судьбы, то древние люди, увы, не имели выбора: родео по-неандертальски было их единственным шансом выжить.

Они были лучше нас...

Бесценные находки, проливающие свет на такую сторону жизни



Останки неандертальцев могут многое рассказать об их жизни

менного человека, но всегда ли мы способны на подобное самопожертвование? Сколько сейчас брошенных стариков, инвалидов, детей! Может, древние люди были добрее нас?..

Неандертальцев съели наши предки?

Неандертальцы на своих стоянках грелись у костров, поэтому пол в некоторых их пещерах почти полностью состоит из слоев спрессованного пепла. Эти древние люди также строили из деревьев и костей нечто вроде вигвама, накрывая его шкурами животных. Их довольно простые, на первый взгляд, каменные орудия были эффективны и многофункциональны, причем требовали для своего изготовления отнюдь не примитивного мышления. Так, французский археолог Жан-Мишель Генесте сравнивает каменный топор неандертальца со швейцарским армейским ножом, ведь этим орудием можно было производить много действий — рубить, резать, скоблить и дробить.

Ученые не исключают, что неандертальцы владели какой-то формой языка, необходимого в первую очередь для их коллективной охоты. Не чуждо им было и творчество. В 1958 г. в Венгрии археологи обнаружили покрытый резбой зуб мамонта возрастом 80–100 тыс. лет. Он явно не являлся орудием труда. Может быть, это амулет древнего шамана? Большинство ученых полагают, что только предки современных людей были способны создавать такие символические и ритуальные предметы, но зуб мамонта мог принадлежать лишь неандертальцам, ведь кроманьонцы появились в Европе значительно позднее.

В общем, все говорит о том, что неандертальцы были очень своеобразными и физически выносливыми людьми. Но почему вместо дальнейшего развития они внезапно вымерли? Около 30 тыс. лет назад (после появления кроманьонцев) все сп...

НЕАНДЕРТАЛЬЦЕВ СЪЕЛИ НАШИ ПРЕДКИ...

тус древних людей. Но ведь ученые сразу встали два вопроса: были ли они нашими предками и почему 30 тыс. лет назад таинственно исчезли?

Загадочное исчезновение

По одной из версий, разумные и сильные неандертальцы, способные изготавливать простые, но эффективные орудия труда, мало чем отличались от других древних людей, с которыми жили в одном пространстве. Они были ассимилированы. Если это соответствует истине, то характерные ДНК неандертальцев могут быть обнаружены у современного человека.

Согласно второй версии неандертальцы вымерли не оставив наследников. Возможно, они были другим видом, не способным к биологическому смешиванию с кроманьонцами — предками современных людей.

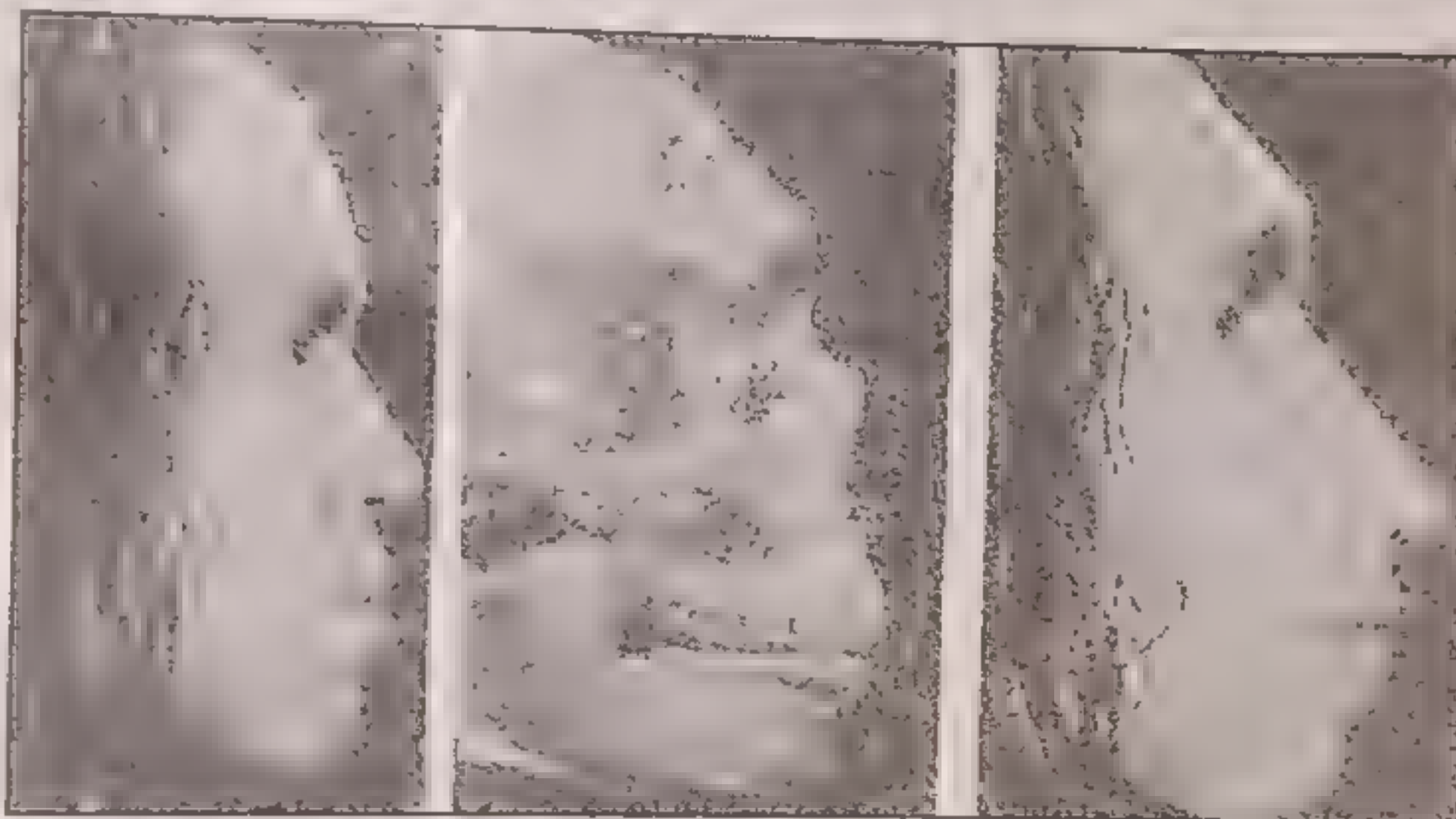
Сейчас появляется все больше данных в пользу второй гипотезы. Так, антропологи Марция С. Понсе де Лион и Кристофер Золликофер из Цюриха недавно опубликовали статью, в которой рассказали о результатах своего исследования лицевых особенностей неандертальцев и кроманьонцев с помощью компьютерного моделирования. Ученые сначала предполагали, что младенцы этих двух групп древних людей были практически одинаковыми, а различия между ними начинали проявляться только в более зрелом возрасте. Однако вскоре выяснилось, что дети неандертальцев и кроманьонцев все же отличались друг от друга, а поскольку в детские годы подобное вряд ли можно объяснить внешними условиями или образом жизни, значит, заключает Золликофер, «различия имели генетическую природу».

Антропологи изучили 16 образцов останков неандертальцев из групп различного географического распространения — Испании, Израиля и даже Узбекистана, только один уникальный образец из Ирака из-за политических осложнений остался для них недоступен. Основываясь на результатах 8-летних исследований, швейцарские ученые заявили, что неандертальцы и кроманьонцы — два генетически различных вида, которые вряд ли могли вступать в связь между собой.

Существует, правда, один любопытный образец — останки ребенка, обнаруженные 3 года назад в Португалии. Некоторые ученые, включая Жоао Зилхао, генерального директора Португальского института археологии, видят в этой находке доказательство, что кро-

Что же случилось с неандертальцами? Почему они вымерли? Можно ли их, как и кроманьонцев, считать нашими предками?

НЕАНДЕРТАЛЬЦЕВ СЪЕЛИ НАШИ ПРЕДКИ...



Попытка реконструкции лица неандертальца по его черепу

маньонцы и неандертальцы все же могли производить гибридов. Однако большинство антропологов пока не согласны с подобным заключением, хотя, как говорит тот же Золликофер, эта находка является «поразительно интересной».

Родео по-неандертальски

Пытаясь установить причину вымирания неандертальцев, ученые в последнее время уделяют большое внимание реконструкции не только их облика, но и образа жизни. В 1976 г. в Северной Франции, копая котлован под фундацией, копей фабрики, рабочие обнаружили два неполных черепа, а рядом с ними сотни кремневых орудий и костей животных. Эта находка стала поистине сенсационной. Ученые считают, что здесь



Останки неандертальцев могут многое рассказать об их жизни

неандертальцев, как их взаимоотношения между собой, были сделаны в пещере Шанидар в Ираке. Здесь около 100 тыс. лет назад вместе были похоронены мужчина, две женщины и ребенок. Предполагают, что они умерли от голода в конце зимы. При раскопках этого захоронения в почве вокруг тел ученые обнаружили большое количество пыльцы ранних весенних цветов. «Я думаю, — говорит антрополог Тринкаус, который в конце 1970-х изучал Шанидар, — цветы были положены вокруг тел оставшимися в живых членами племени. Это позволяет считать, что они были разумными и заботились о своих умерших».

Однако этому же ученому удалось установить, что неандертальцы заботились не только об умерших собратьях. В той же пещере Шанидар нашли скелет мужчины, у которого кость вокруг левого глаза и щеки была раздроблена, а правая рука сломана в двух местах выше локтя. У него также были тяжелый артрит и трещина во внешней части стопы. Интересно, что, несмотря на такие страшные раны, мужчина прожил не один год. Это означает, что одноклазый, одноклазый, хромой и пожилой, по меркам того времени, человек находился на полном обеспечении своего племени.

Был обнаружен и другой скелет мужчины — с раной в области ребер. Хотя кость и заросла, он явно длительное время был не способен передвигаться, а значит, за ним кто-то ухаживал. Трудно даже сравнить условия жизни неандертальцев и совре-

чуждо им было и творчество. В 1958 г. в Венгрии археологи обнаружили покрытый резбой зуб мамонта возрастом 80-100 тыс. лет. Он явно не являлся орудием труда. Может быть, это амулет древнего шамана? Большинство ученых полагают, что только предки современных людей были способны создавать такие символические и ритуальные предметы, но зуб мамонта мог принадлежать лишь неандертальцу. Ведь кроманьонцы появились в Европе значительно позднее.

В общем, все говорит о том, что неандертальцы были очень сообразительными людьми. Но почему вместо дальнейшего развития они внезапно вымерли? Около 30 тыс. лет назад (после появления кроманьонцев) все следы их жизнедеятельности пропадают бесследно. Возможно ли, что исчезновение неандертальцев как-то связано с нашими прямыми предками? Некоторые ученые полагают, что кроманьонцы могли принести с собой, подобно европейцам, «наградившим» Новый Свет оспой, болезнью, ставшие причиной эпидемии среди неандертальцев. Однако последние жили небольшими обособленными группами на огромных пространствах, поэтому вряд ли могли заразиться все без исключения.

В пещере Мула-Герси (Франция) обнаружены останки неандертальцев, на которых ученые заметили следы каннибальского пиршества. Многие поспешили обвинить неандертальцев в людоедстве, хотя нашлись и такие исследователи, которые не исключают, что съели несчастных не их сородичи. На самом деле как-то не вяжется образ гуманных неандертальцев из пещеры Шанидар с людоедством, а вот вся наша история — почти сплошь кровавый «боевик». Скорее всего, гуманисты-неандертальцы были просто истребленными, а может, даже и съедены нашими более коварными и продвинутыми предками.

Считается, что последним пристанищем неандертальцев был юг Испании. В районе Гибралтара археологи изучают жизнь этих древних людей. Африка располагалась от них довольно близко. Может, кто-то все же смог перебраться туда и когда-нибудь на этом континенте ученые обнаружат потомков так таинственно исчезнувших древних людей?

Федор ПЕРФИЛОВ

Экзотические тесты

Весной прошлого года «за бугром» вышла «веселенькая» книжка под названием «Погребенные заживо», в которой описаны многочисленные случаи неумышленного захоронения живых людей. Автор книги, 38-летний Ян Бондесон, профессор Уэльского медицинского колледжа, основательно изучил этот щекотливый вопрос и считает, что ученые уделяют столь серьезной проблеме преступно мало внимания. И он в своем мнении не одинок. Мы ведь и в самом деле до сих пор не умеем четко определять, находится человек без сознания или его душа уже взирает на нашу суету откуда-нибудь с потолка.

А между тем история медицины знает немало способов проверки этого. Скажем, в XVII–XVIII вв. было широко распространено применение клизмы из табачного дыма, от которой многие «мертвецы» тотчас оживали. Другие медики предпочитали прикладывать к различным частям человеческого тела горячую кочергу, что кандидатам в покойники очень не нравилось: они моментально отказывались от своего намерения отправиться на тот свет. Можно было также ущипнуть «усопшего» за сосок чем-либо металлическим или с силой дернуть за язык. Если «жмурик» не реагировал ни на один из таких «намек», тогда его и в самом деле приходилось хоронить. А дерганье за язык стало с годами столь распространенным приемом, что было даже изобретено специальное приспособление, позволяющее механизировать эту малоприятную (для обеих сторон), но чрезвычайно важную процедуру. Кончик языка помещали в специальные тиски, а потом поворотом заводной ручки прибор приводился в движение и начинал быстро двигать язык. Чтобы случайно не отправить на тот свет обморочного больного или уснувшего летаргическим сном человека, такую процедуру надлежало проводить в течение как минимум трех часов. Сохранялись сообщения, что этот способ «реанимации»

Есть ли грань между жизнью и смертью?

Живые мертвецы – это не только персонажи из фильмов ужасов. История знает немало случаев, когда людей и в самом деле хоронили слишком поспешно. Под землей «покойник»



Последний выдох жизни

Представьте себе такую сцену: вокруг гроба в полной тишине стоят скорбящие родственники, а покойник вдруг начинает жестикулировать – двигать руками или шевелить пальцами ног. Родственники, естественно, в шоке: они полагают, что человек пытается что-то сказать, но у него просто нет сил.

Ситуация кажется невероятной, однако этот феномен наблюдается по меньшей мере в 39% случаев, когда смерть, то есть полная гибель мозга, уже диагностирована и запротokolирована.

Один из наиболее шокирующих «жестов» покойника известен как «знак Лазаря». Феномен назвали по ассоциации с библейским эпизодом, в котором описано, как Иисус воскресил Лазаря из Вифании, пролежавшего в гробу уже 4 дня. Последовательная серия движений, обозначаемых как «знак Лазаря», длится несколько секунд и возникает либо спонтанно, либо непосредственно после отключения системы подачи воздуха пациенту. Все начинается с того, что руки усопшего выпрямляются, простираются вперед, потом касаются груди, наконец, бессильно падают вдоль тела. Воистину, есть от чего обомлеть и лишиться дара речи!

«Это всего лишь спинно-мозговой рефлекс», – авторитетно заявляют неврологи, но такое объяснение мало успокаивает свидетелей происходящего и не очень убеждает.

Покойник, однако, может выделять еще и не такое. Учеными описаны необычные движения, наблюдавшиеся ими в Барселоне у двух человек с погибшим мозгом – 30-летней женщины и 11-месячного младенца. Скончавшиеся пациенты вытягивали руки, двигали кистями и сгибали пальцы всякий раз, когда устройство, обеспечивавшее принудительную вентиляцию легких, подавало очередную порцию воздуха. Подергивания и иные движения прекращались лишь после того, как пациента отключали от установки жизнеобеспечения.

«Мы никогда не видели такого прежде, да и в медицинских журналах подобных свидетельств нет», – говорит доктор Хоан Марта-Фабрегас, невролог барселонской больницы, специализирующейся на диагностике и лечении нарушений мозговой деятельности.

Серьезные исследования фе-

«Ж...
и...
псих...
ОБУ...
Дос...
цион...
и П...
Раб...
жен здо...
человек...
этого во...
1. Пр...
мечатель...
1 сеанс...
нически...
госущно...
редко пр...
зультаты...
ощущени...
ной»),
фотогра...
2. Ос...
ления и...
гоцентро...
3. По...
(которым...
занятии)...
менно и...
свойства...

Абакан - ул...
Актау - 3382...
Актобьинск -...
256531...
Алматы - 63...
Александров...
Анапский р-н...
Анталья - 8...
Апатиты - 6...
Архангельск...
Армавир -...
Астана -...
Астрахань...
Байконур -...
Белгород -...
Белый -...

КА

Чтобы ускорить данный процесс, рекомендовалось положить потенциального покойника куда-нибудь в теплое место и наблюдать за ним, пока не появятся явные признаки декомпозиции тканей. Лишь после этого с чистой совестью можно было нести человека на кладбище.

Увы, мало кому нравилось наблюдать, как близкий человек начинал утрачивать привычные черты, но и хоронить преждевременное тоже не хотелось, потому в конце XVIII в. в некоторых странах (в частности, Франции и Германии) открылись специальные «Приюты для сомнительно упокоившихся». Умерших помещали в такие условия, что в случае действительной смерти физическое тело начинало разлагаться сравнительно быстро, однако к руке покойника все же привязывали специальную веревочку: даже слабое движение опшедшего должно было привести к действию звоночек, который оповещал служащих приюта о том, что кто-то ожил!

Однако и тут неоднократно случались казусы. Почему? А потому, что даже «вполне мертвые» покойники в течение какого-то времени имеют обыкновение совершать движения руками, ногами, иногда всем корпусом. Они

Живые мертвецы — это не только персонажи из фильмов ужасов. История знает немало случаев, когда людей и в самом деле хоронили слишком поспешно. Под землей «покойник» оживал и...

Но мы обратились к этой теме не ради того, чтобы позабавить читателей эдакими байками из склепа. Человечество нуждается в надежных способах определения границ между жизнью и смертью, которые подчас оказываются весьма размытыми...

судорожно подергиваются, сдвигаются и могут даже садиться. Так что частенько тревога оказывалась ложной. Впоследствии сигнальную систему применять перестали, однако такие приюты существовали вплоть до середины XIX в.

История медицины редко упоминает об этих старинных методах, особенно о «Приютах для покойников» или «Больницах для смертников». Следить за трупам никому не доставляло особого удовольствия, и хотя периодически поступали сообщения о том, что некоторые люди там оживают, такого рода безрадостные учреждения все-таки «вышли из моды».

Впоследствии не раз бывало так, что при вскрытии гроба (по той или иной причине) покойника находили лежащим совсем в другой позе, чем при захоронении, и порою не возникало сомнений, что

Гроб с электронной начинкой

И вот наконец было изобретено новое «чудо века». Трудно придумать ему достойное название — то ли «гроб с гарантиями», то ли «сигнальный гроб», важно то, что погребенному оставляли шанс оповестить кладбищенских работников о своем «воскресении», а то и самому, без посторонней помощи выбраться на волю. На этот случай придумали немало приспособлений — от сигнальных флажков, рожков и звонков до автоматизированных откапывающих систем, которые приводились в движение одним прикосновением руки «покойного». Особенно старались родственники богатых людей, не жалевшие денег на нововведения. Казалось бы, проблема была решена.

Вскоре, однако, выяснилось, что и «гробы со страховкой» имели ряд существенных недостатков. Из-за произвольных дви-

жений, совершаемых телом усопшего в процессе естественных посмертных изменений, такое «автоматизированное» кладбище иной раз представляло собой жуткое зрелище: над могилами мигали контрольные лампочки, свистели звонки или завывали сирены, трепыхались на ветру флажки, а некоторые могилы оказывались вскрытыми. Однако надежды скорбящих родственников зачастую оказывались тщетными.

В своей книге Ян Бондесон утверждает: наука до сих пор не разработала достаточно четких критериев, по которым человека можно считать умершим, и потому нет никакой уверенности в том, что ныне досрочные захоронения абсолютно исключены. Тем более что по закону сегодня не требуется делать вскрытие тела, а родственники умершего, как правило, отказываются от этого. Между тем известно немало случаев «воскресения» «усопшего» именно в тот момент, когда прозектор делал первый надрез скальпелем, приступая к аутопсии — посмертному вскрытию.

«Мы полагаемся на медицинское заключение, — говорит директор одного ритуального агентства, — а сами врачи — на проверку активности мозга».

И действительно, считается, если мертв мозг, то мертв и человек. Однако недавно ученые установили, что мозг — лишь приемник внешней информации, и у этого «мастера» есть немало «подмастерьев» — двигательных мышц — по всему телу.

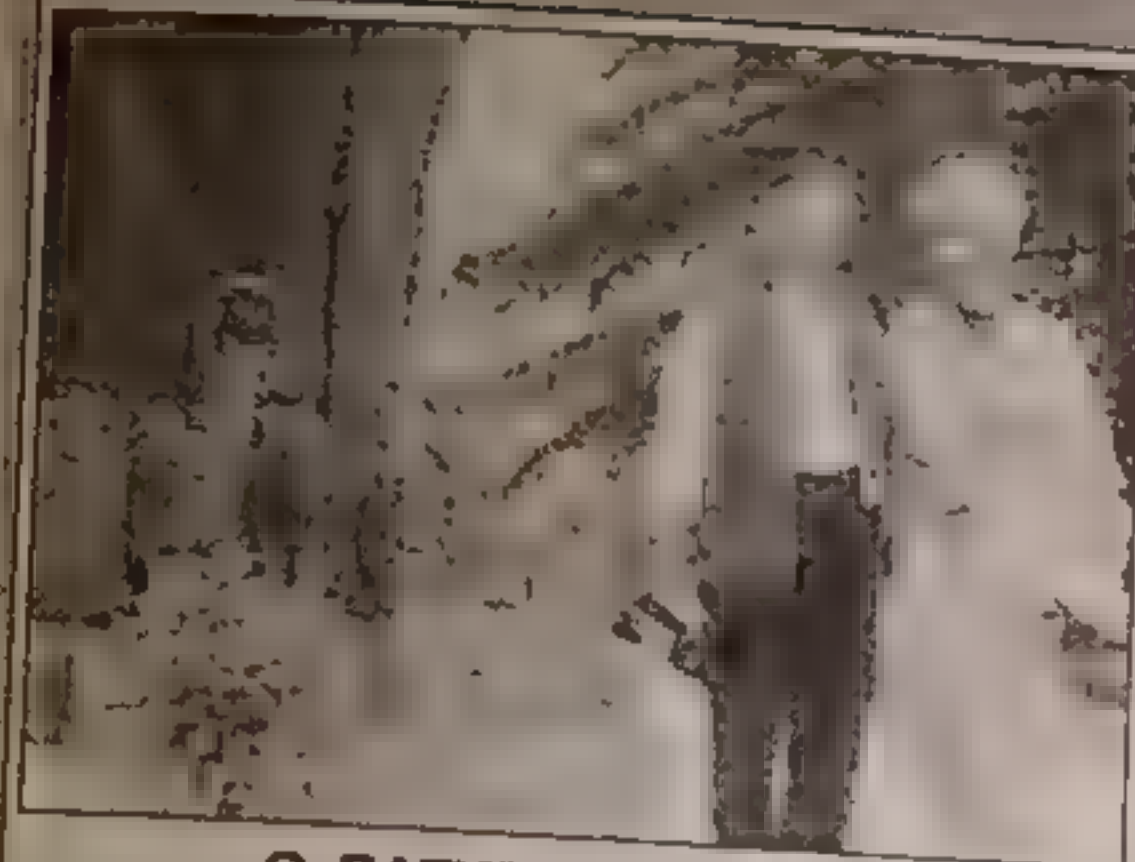
[illegible]

Серьезные исследования выполнены были проведены и в Аргентине. Вот что говорит об этом доктор медицины Буэри: «Люди должны знать, что данные диагнозы не более чем следствие спинно-мозговых рефлексов не имеющих ничего общего с деятельностью головного мозга». Работа аргентинских врачей имеет не только медицинское, но также и юридическое значение, например, в тех случаях, когда решаются вопросы о трансплантации органов: не изымается ли они у еще живого человека?

Исследования в Буэнос-Айресе проводились на протяжении полутора лет. Из 38 случаев непроизвольные движения конечностей наблюдались в 15, притом моторика неизменно отмечалась в течение первых 24 часов после диагностированной гибели мозга или несколько дольше, но не более 72 часов. Некоторые движения были абсолютно спонтанными, другие провоцировались прижизненным, но ни разу ЭКГ не зафиксировала при этом никаких признаков деятельности головного мозга. Человек был безнадежно мертв!

Что же получается? Движения еще не есть признак жизни, но и отсутствие движений (и вообще каких-либо реакций) еще не есть признак смерти. Так что вопрос, как определить границу между жизнью и смертью, до сих пор остается открытым.

Выход один: не заставляйте окружающих думать, будто вам жить надоело, не провоцируйте собственные похороны, лучше везде и всегда демонстрируйте убедительные признаки активной жизни. И как можно дольше!



Э. БАГИРОВ, физик,
целитель года (1999 г.),
«Живая легенда» (2001 г.),
и **Л. ФУСУ**, врач-психиатр,
кандидат мед. наук,
психованалитик у алтаря Рерихов
в Наггаре

ОБУЧЕНИЕ. ПОСВЯЩЕНИЕ

Доступ ко Всеобщему информационному полю.

I и II ступени — 6 дней подряд.

Работать с другими может и должен здоровый, энергетически чистый человек с мощным биополем. Для этого все ученики:

1. Проходят льготные сеансы. Примечательно, что многие ученики за 1 сеанс излечились не только от хронических заболеваний, но и от энергосущностей (что в целом крайне редко происходит с пациентами). Результаты подтверждаются и личными ощущениями самого пациента («клиникой»), и мед. исследованиями, и фотографией ауры;

2. Осваивают технику восстановления и гармонизации работы энергоцентров (чакр);

3. Пользуются методами защиты (которыми овладевают уже на 1-м занятии), обладающими одновременно и чистящими, и лечящими свойствами;

Абакан - ул Тихая, 39,
Актау - 338287; 533562;
Актубинск - 501762; 534405; 534795; 504795;
256531,
Алматы - 638027, 925751,
Александров - 66097,
Анапский р-н, п Витязево 73157,
Анталья - 8-1090-535-3888669,
Апатиты 61276, 7-70 75,
Аркалык - 72377,
Армавир 8-902-4304169,
Астана 365943, 759583;
Арыу - 31675,
Аткель - 281917;
Ау 320826, 971147,
Ашми - 170324, Барнаул 296354,
Ашхабад - 4379059,
Ашхабад 374641 279352,
Ашхабад 40231, Батумский 23061,
Ашхабад 23145 27712

Школа Эмиля Багирова

Лауреат национальной премии «Золотой Водолей»

4. Посвящаются в универсальный канал ФАРУН-БУДДА, лечащий практически все заболевания, многократно увеличивающий биополе, что приводит к пробуждению экстрасенсорных способностей (видеть, знать, чувствовать, предвидеть **сверх нормы**). Личные способности и таланты значения не имеют. Важны лишь трудолюбие и желание посвятить себя целительству. Кого Светлые Силы приводят на занятия, те уже избраны ими. Случайно ничего не происходит.

Заочного обучения нет, так как ученики получают не теоретические знания, а практические, кроме того, посвящения не могут быть заочными в принципе и по определению. Видеокассеты полезны лишь тем, кто уже обучался.

Одним из основных недостатков в работе целителя являются слабые защиты.

Уже на первом занятии все ученики Эмиля овладевают методами защиты как от постороннего энергетического и магического воздействия (сглаз, порча, проклятие), так и для того, чтобы во время работы с пациентом ничего «не перетянуть» на себя (заболевания, тревогу, несчастья). Ежедневно целитель сталкивается не только с опасностью перетягивания проблем со своих пациентов, с ним воюют и маги (зачастую во время очищения пациента от колдовства происходит автоматический возврат магу, выполнившему заказ, а также и чело-

веку, заказавшему порчу), и целые нижние низкодуховные миры.

Особую опасность таит в себе экзорцизм (избавление от энергосущностей). Во-первых, без достаточной силы целитель не сможет справиться с нечистой силой, а во-вторых, без достаточных защит сам станет объектом нападения, таким образом, и пациенту он не сможет помочь, и себе навредит. В Космоэнергетике используется двойной магическо-космический защитный живой «бронекостюм». По определенной схеме его создают сами космоэнергеты I ступени. Через некоторое время эта защита срастается с аурой человека. Кроме защиты, «бронекостюм» выполняет и очистительно-оздоравливающие функции.

Все космические каналы, помимо своих основных задач, выполняют и защитные, информационные, и очищающие функции.

При этом мы просим всех помнить, что:

«Любовь есть самое мощное оружие против любого зла».

Анти-Йога
День за днем развивайте любовь ко всем живым существам, ко всему миру, и вы обретете такую же силу, как у Иисуса Христа, и такую же неуязвимость. Это очень тяжелый труд, но счастье иначе не обретается.

Жители отдаленных регионов могут обращаться в наши филиалы за самой всесторонней помощью.

Тем же, у кого нет возможности обратиться за помощью к другим, не

Наши филиалы

Братск - 364505; Бузулук - 13499;
Бурс-Ханзен (Германия) - 08677-918760;
795; 0175-1135123;
п. Буря - 29472; Вентспилс - 21482;
Видное (М, о.) - 5411317; 5412664;
Вилъггорт (Р. Коли) - 79953;
Винница - 535206;
Висагинас - 8-103706670337;
Владивосток - 528005;
Владикавказ - 542455; 514699; 335605,
546609;
Волгоград - 435188, 707699, 358671, 314388,
Вологда - 759938; Воркута - 97341;
Воронеж - 229857; Выборг - 35602;
с. Гора (Беларусь) - 26291;
Давтавиллис - 5423282;
Днепропетровск - 284040;
Ейск - 92754;
Екатеринбург - 536368, 319226, 217492;
с. Ельсбург - 85257, Езманн - 147600,
Калитиново - 49722, 43479,
Запорожье - 643024, 80677040126, 695354,

Заречный - 32550;
Зеленоград (М. о.) - 5324925;
Зерявин - 42997; Истра - 30545;
Йошкар-Ола - 724222;
Казань - 413020;
Калининград - 457590;
ст. Калининская (Краснодар) -
8-902-4637045; 92819;
Калуга - 574165; 35950; 555762;
Карамзиды - 523416;
Кирши - 8-0823642601;
Клишинов - 530059; 347513, 485316;
Клайпеда - 227490; Клин - 58224;
Коломна - 135457; Краснодар - 732718;
Кувшиново (Твер. обл.) - ул. Бахарева, д. 24;
Кузнецк (Пенз. обл.) - 20960;
Кузнецкий (Тамбовская) - 8-10389001-29996;
Курган - 23071; Курск - 565561;
Кустайин - 278250; 27586;
Липяны - 88505;
Лондон - 01923352025, м. 07789115397.

Луганск — 958085, Лысково — 23285;
Маха-кала — 663972;
Мексика — 52574114;
Малитополь — 91162; 66509,
Милан (Италия) — 810392-6091387390
Минводы — 32349; 51902; 55512;
Минск — 2563289; 2475075;
Молодино (Беларусь) — 32547; 75859
Мытищи — 5835366, 5815350,
Наб. Челны — 421371 355120.
Нерюнгри — 66703
Нижегород — 265402, 224786,
Ниж. Новгород — 584055,
Николаев (Украина) — 361622, 287119;
Николаев (Волгоградская обл.) — 63544,
Новоград — 40153,
Новополюцк — 24127
Новороссийск — 253995 670242; 253163,
Новосибирск — 212571,
Новоуральск — 30266

Новочеркасска 5257350
Новокузнецк - 424797
Орск - 8-5372-30656,
Ош - 64166,
Павлодар 478467,
Пенза - 630814 576338,
Псков - 174261,
Пушкино (М. о.) - 16064,
Рига - 9297029, 7249653, 593521, 266733,
Ростов-на-Дону - 512219
Ружа (М. о.) - 799724;
Самара - 799724;
Семипалатинск - 440729, 667739,
С.-Петербург - 2696968, 5241341, 1059250,
010041; 1136948,
Самарканд - 44055, (121241)773,
Самарканд - 643330,
Ст. Оскол - 420014;
Сумгаит - 56437;
Сургут - 464555, 359328, 254377;
Таллин - 6579677, 6341103; 6618541,

Тбилиси - 384003,
Тобольск - 91197,
Голытьги - 337114,
Тверь - 429257; 335745.
Тамбов - 753462,
Тюмень - 431058,
Уральск - 35161, 45607, 506149,
Улан-Удэ - 340273;
Уфа - 390311, 50527,
шард (Тульская обл.) - 31575,
Шелово (Иркут. обл.) - 94524, 45554
Фалешты (Молдова) 21114;
Хорстмар - 02551996383,
Хизбиатз - 315560,
Электросталь (М. о.) - 39128,
Южно-Сахалинск - 743472,
Якутск - 452896, 5273792,
Муравленко (ЯНАО) - (3453) 823336,
Ясный - 20415,
Ярославль - 553439, 443293

Желающих получить хоть какое-то представление о методе милости просим по средам и пятницам к 13 часам. Вход свободный.

Выездные семинары Э. Багирова с обучением и посвящением состоятся: апрель, г. Рига (9297029, 7249653), май, г. Казань (442907, 767535, 552702).

июнь, г. Челябинск (662831,
628952, 495775).

июль, г. Таллин (6341103)

и повторно в г. Иркутске в начале апреля (365582, 550755), в г. Стерлитамаке в августе (266723, 249032).

Внимание! Наши книги почтой:
Л. Фусу «Энергетика души»; Л. Фусу,
Э. Багиров «Практическая Космо-
энергетика», изд-во «Питер» можете
заказать наложенным платежом по
одному из адресов: Екатеринбург,
маг. 14 или «Валео-книга»; 197198,
Санкт-Петербург, а/я 619; 61093,
Харьков, 93, а/я 9130; 220100, Минск,
Куйбышева, 75; Уфа, ул. Зенцова, 70,
т./ф. 503900; Владивосток, 690091,
ул. Светланская, 43; Архангельск,
«Дом книги», т./ф. 654134; Калинин-
град, 236040, ул. Победы, 6; Ростов-
на-Дону, ул. Соколова, 73; Ессентуки,
«Россы», ул. Октябрьская, 424; Ир-
кутск, 664031, Байкальская ул., 172,
а/я 1397; Красноярск, пр. Мира, 86;
Нижевартовск, 628606, ул. Победы,
12; Новосибирск, 630117, а/я 560;
Тюмень, «Друг», т./ф. 213439; Казань,
420073, Гвардейская, 9а.

Наш адрес: 107066, Москва,
ул. Новорязанская, 17,
Школа Эмilia Багирова.

Информация и запись по тел.:
394-32-00; 345-73-19;
405-42-22; 755-89-55; 467-92-39.
Т./ф. 755-89-58.

МЕДИУМСКАЯ ТВОРЧЕСТВО
 «ЛЮБО»
 МЕДИУМСКАЯ МЕТАФИЗИКА
 КАРТЫ ЛЮБО
 АНАЛИЗ И ПРОГНОЗ

Велес Центр
парапсихологии
**ПОМОЩЬ В РЕШЕНИИ
СЛОЖНЫХ ПРОБЛЕМ**

Высокопрофессиональные
психологи окажут помощь
вам и вашим близким в
ЦЕНТРЕ
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ

ЦЕНТР НАРОДНОГО ЦЕЛИТЕЛЬСТВА

256531-
Алматы - 638027, 925751;
Александров - 66097;
Анапский р-н, п. Витязево - 73157;
Анталья - 8-1090-535-3888669,
Апатиты - 61276; 7-70-75,
Аркалык - 72377;
Армавир - 8-902-4304169;
Астана - 365943; 759583,
Атирау - 31675,
Астрахань - 281917;
Баку - 320826, 971147;
Батуми - 170324, Барнаул - 296354;
Бугульма - 4379059;
Белгород - 374641; 279352,
Белово - 40231; Белоярский - 23061,
Белые - 24095; 23712,
Бишкек - 541399, 472349,
Болгария (Плевен) - 8-0359-6448969,
Большой Камень - 51749,
Боровичи - 20804,
Буря - 29472; Вентспилс - 21482;
Видное (М. о.) - 5411317; 5412664;
Вильгорт (Р. Коми) - 79953;
Винница - 535206;
Висагинас - 8-103706670337;
Владивосток - 528005,
Владикавказ - 542455; 514699, 335605;
546609;
Волгоград - 435188; 970699; 358671; 314388;
Вологда - 759938; Воркута - 97341;
Воронеж - 229857; Выборг - 35693;
с Гур (Молдова) - 2446295;
Глубокое (Беларусь) - 26291,
Даугавпилс - 5423282;
Днепропетровск - 284040,
Екатеринбург - 536368, 319726 317422,
126727, 666469,
Елабуга - 85557, Ереван - 147600,
Железнодорожск - 49722, 43479,
Запорожье - 643024 80677040126, 695354,
Зеленоград (М. о.) - 5324925;
Зеравшан - 42997; Истра - 30545;
Йошкар-Ола - 724222;
Казань - 413020;
Калининград - 457590;
ст. Калининская (Краснодар) -
8-902-4637045; 92819;
Калуга - 574165; 35950; 555762;
Караганда - 523416;
Кимры - 8-0823642601;
Киев - 2604520; 4125303;
Кинешев - 530053; 347513, 485316,
Кланпеда - 227490, Клин - 59224;
Коломна - 135457; Краснодар - 732718;
Кузнецкого (Твер. обл.) - ул. Баховка, д. 24,
Кузнецк (Пенз. обл.) - 20960,
Кулашово (Македония) - 8-10389901-29396,
Курган - 23971, Курск - 565561,
Кустанай - 278250, 27586,
Либерия - 88505,
Лондон - 01923352025, м. 07789115397;
Луганск - 958085; Лысково - 23285;
Махачкала - 663972;
Мексика - 52574114;
Мелитополь - 91162; 66509,
Милан (Италия) - 810392-609138739039,
Минводы - 23249; 51902, 55512;
Минск - 2563289; 2475075,
Молодечно (Беларусь) - 32547; 75859,
Мытищи - 5835366; 5815370;
Наб. Челны - 421171; 355438,
Нахабино - 5664202,
Новодуга - 648700,
Нерюнгри - 66703,
Нижневартовск - 265402; 224786;
Ниж. Новгород - 584055;
Николаев (Украина) - 361822, 287119,
Николаевск (Волгоградская обл.) - 63545,
Новодвинск - 40153,
Новополюе - 24217;
Новороссийск - 259995, 670242; 253163,
Новосибирск - 212571,
Новоуральск - 30266;
Новокузнецк - 424797,
Орск - 8 5372-30056,
Ош - 64166,
Павлодар - 478467,
Пенза - 630814, 576338,
Псков - 174261,
Пушкино (М. о.) - 16064,
Рига - 9297029, 7249653, 593521, 266733,
Ростов-на-Дону - 512219,
Рязань (М. о.) - 8-227-22393,
Самара - 155354,
Саранск - 550759,
Саратов - (852) 274358,
Сахалин - 799724,
Семипалатинск - 440729, 667739;
С.-Петербург - 2696968, 5241341, 1059250,
3010041, 1136948,
Смоленск - 44055 (122) 41773,
Солнечногорск - 643330,
Ст. Оскол - 420014,
Сумгаит - 56437,
Сургут - 464555, 359328, 254377,
Таллин - 6579677; 6341103; 6618541;
Тбилиси - 384091,
Тобольск - 91197,
Томск - 317114,
Тюмень - 424257, 335745,
Тюмень - 753462,
Тюмень - 431058,
Уральск - 35161 45407, 506149,
Улан-Удэ - 340273,
Уфа - 329314; 503814, 376982,
Хабаровск - 232676, 343544, 10255496363,
Челябинск - 547994, 143100; 242165, 628952,
Челябинск - 495775,
Читов - 34041,
Шарья (Тульская обл.) - 31575,
Шелехов (Иркут. обл.) - 94524 45554,
Фалешты (Молдова) - 21114,
Хорстмар - 02551996383,
Экбастуз - 31560,
Электросталь (М. о.) - 39128,
Южно-Сахалинск - 743472;
Якутск - 452896 5273792;
Муравленко (ЯНАО) - (3453) 823335,
Ясный - 20415,
Ярославль - 553439; 443293.

МАСТЕРСКАЯ ТВОРЧЕСТВО
«ЛЮБО»
СОВРЕМЕННАЯ МЕТАФИЗИКА
КАРТЫ ЛЮБО
АНАЛИЗ И ПРОГНОЗ
СИТУАЦИЙ И СОСТОЯНИЙ
КАРТЫ ЛЮБО -
торсионные символы закономерных
энергетических процессов
Мироздания.
СНИМУТ
обиду, раздражение, разочарование,
беспомощность перед судьбой,
силой обстоятельств
или недоброжелателями,
РАСКРОЮТ
причины событий и обстоятельств.
ПОДСКАЖУТ
ВЫХОД из затруднительного
положения,
ДАДУТ ПРОГНОЗ,
в каком направлении наиболее
целесообразно сосредоточить
усилия в ближайшем будущем,
чтобы добиться
УСПЕХА и обрести **УДАЧУ**.
НАША СУДЬБА ЗАВИСИТ
И ОТ НАС -
СДЕЛАЙТЕ ШАГ НАВСТРЕЧУ!

Гимнастика
Долголетия ЛЮБО
ПОМОЖЕТ ВЕРНУТЬ И
СОХРАНИТЬ ЗДОРОВЬЕ,
КРАСОТУ, МОЛОДОСТЬ
1. «Возрастная стабилизация» -
Этап подготовки к омоложению.
Жизненная энергия,
гибкость позвоночника, прочность
и эластичность мышц, подвижность
суставов, иммунитет,
профилактика стрессов и депрессии.
т. (095) 309-38-78
Людмила Евгеньевна, Наталья Борисовна

Велес Центр
парапсихологии
**ПОМОЩЬ В РЕШЕНИИ
СЛОЖНЫХ ПРОБЛЕМ**


- **Здоровье:** депрессии, стрессы, неврозы
Целительство.
- **Избавление от алкогольной зависимости** -
родовой и приобретенной.
- **Снятие негативных программ** - родовых
и приобретенных: сглазов, порчи, проклятий,
венца безбрачия, одиночества, невезения
Избавление от колдовства.
- **Любовь:** гармонизация взаимоотношений,
возврат в семью
- **Работа с семейными парами.**
- **Обряды** на сексуальную привлекательность.
- **Решение проблем трудных подростков.**
- **Бизнес:** открытие максимальной возможности
успеха. Выведение из полосы неудач. Обряды
на привлечение удачи.
- **Бизнес-прогноз. Просмотр и коррекция**
деловых встреч и переговоров на расстоянии.
- **Обряды и талисманы.**
- **Гадание и ясновидение.**
- **Обучение** навыкам биоэнергетической защиты

**ПЕРВАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА
ПО ТЕЛЕФОНУ - БЕСПЛАТНО.**
(095) 953-4270, 953-4244
Свид. серия 77 №0600960

«ЗОРОАСТРИЙСКИЙ ИНСТИТУТ АСТРОЛОГИИ
ПАВЛА ГЛОБЫ»

Объявляет прием слушателей
на заочное отделение.
Возраст не ограничен.
По окончании обучения выдается
диплом астролога.
Обучение платное.
Вопросы и заявки направлять по адресу:
123480, г. Москва, д-480, а/я 58 или
www.globa.love.ru e-mail: zia@love.ru

**Высокопрофессиональные
психологи окажут помощь
вам и вашим близким в
ЦЕНТРЕ
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ
ПОДДЕРЖКИ
МАРГАРИТЫ
МОЛДАВАНОВОЙ.**


**177-27-88,
177-89-95,**
с 9.00 до 21.00.

ИНТЕРЕСНО и НЕДОРОГО
ПОДРОБНАЯ ТЕЛЕПРОГРАММА
ТВ И КИНО

**Кристина
ОРБАК**
Я не стремлюсь никого догонять

ЦЕНТР НАРОДНОГО ЦЕЛИТЕЛЬСТВА
Целительницы Антонина и Елена,
обладающие огромным потенциалом
биоэнергетики.
Исцеление тяжких недугов,
снятие невезения.
Применяются старинные, исключительно
редкие заговоры и молитвы.
Избавление от алкогольной зависимости
(воздействие на пациента без его ведома по фотографии),
а также депрессии, импотенции, бесплодия.
Облегчение службы в армии. Талисманы.


Антонина

Елена
Тел.: (095) 747-62-39, 261-72-26.

БЫСТРЕЕ! ДЕШЕВЛЕ! ПРАКТИЧНЕЕ!
МУИЩ
Госаккредитация. Профессии психолога,
психотерапевта. Очно, заочно, ускоренно.
Диплом гособразца.
Приглашаем местных координаторов.
Тел.: (095) 393-70-03, 275-86-58,
140-06-62, с 9 до 13 час.
Для писем: 115733, Москва, а/я 48.
Лит. № 909134 № 184.

МАГИЯ БЕЛАЯ И ЧЕРНАЯ
Ясновидение по фото.
Все виды услуг
Тел. 701-97-69.

ГАДАЮ!
КОФЕ, КАРТЫ
Тел. 976-97-98.

В КОПИЛКУ ? ЛЮБОЗНАТЕЛЬНЫХ

С 1993 г. я вижу сны на древних языках, причем мне каким-то непостижимым образом известно, что за язык развернул предо мной палитру своих таинственных звуко-сочетаний, на которые душа моя отзывалась ностальгическим трепетом. Наиболее частым и самым почетным гостем сновидений был санскрит — древнеиндийский патриарх индоевропейских, или арийских, языков.

Сколько я спала теперь с блокнотом под подушкой, слова эти бывали, естественно, тут же записаны, но значение их по-прежнему оставалось тайной.

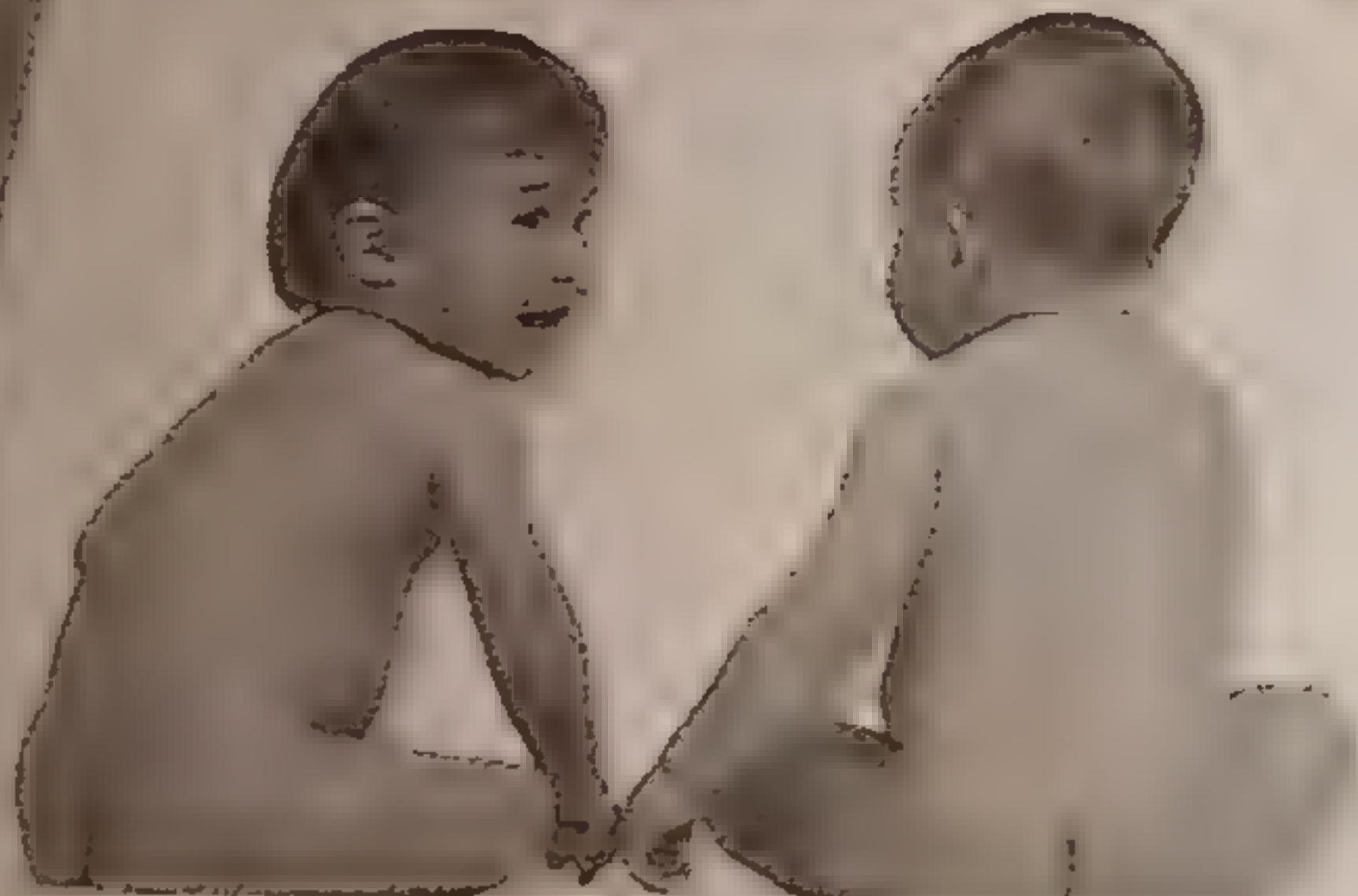
И вот в новогоднюю ночь 1996 г. одна знакомая подарила мне учебник санскрита с небольшим словарем. Вспомнив самые первые приснившиеся мне слова, я с помощью этого скромного словарика неза-

ских фамилиях (80% которых, как оказалось, вышли из санскрита), породили книгу «Древние тайны армянских фамилий и краткая история арийской расы». Имея перед собой старые телефонные справочники Еревана, Ленинакана, а также обнаружив в книгах, которые

пор, пока не был выкорчеван из душ людей христианством и исламом, — отпечаталась более всего именно в армянских фамилиях, в которых само окончание «ян» происходит от санскритского «яна», что значит «ведущий». К примеру, Акопян — это ведущий (свой род) от Акопа.



ТАЙНЫ ЗВЕЗДНЫХ ФАМИЛИЙ



Многих из нас интересует происхождение наших фамилий, ведь в них часто зашифрованы вид занятий наших предков, их личные качества и исторические корни рода. Понять многие, на первый взгляд, странные фамилии помогает древний язык санскрит.

были у меня под рукой, ряд разнообразных и зачастую откровенно странных армянских фамилий, корни которых в армянском не означают ровным счетом ничего, я принялась с прилежностью отличницы переводить их с санскрита. Результат оказался потрясающим: вый взгляд «бессмысленных» фамилий связана с Богом, Солнцем и Огнем. Древняя религия предков армян, персов, осетин, курдов, афганцев — зороастризм, торжествовавший в армяно-иранском регионе многие тысячелетия, до тех

Когда я работала над этой книгой, меня то и дело отвлекали русско-санскритские ассоциации. Их великое множество! Если уж мы упомянули окончания армянских фамилий, то обратим внимание и на русские. Так, суффикс «ин» в санскрите всегда указывает на человека, имеющего прямое отношение к предшествующему ему корню. Если «арка» — Солнце и гимн Солнцу, то «аркин», соответственно, — певец гимнов Солнцу. Стало быть, русский человек по фамилии Волин — тот, который имеет отношение к воле, вольнолюбивый, что, собственно, очевидно и без санскрита. Суффикс русских фамилий «ев» восходит к санскритскому «эва» — «путь, ход». Значит, Князев — тот, чей род начал свой путь от князя. Это тоже «лежит на поверхности». Русский суффикс «ов» (Иванов, Петров, Сидоров) происходит от санскритской приставки «ава», обозначающей расчленение, вычленение, направленность, ограничение, то есть данные семьи ограничены именем своих предшест-

венников. Они Иваном, Петром, Сидором, как заборами, отгородились от других, дабы их с этими другими не путали.

В связи с приближающимся праздником 8 Марта я решила познакомиться с санскрита несколько фамилий прекрасных дам, которые у нас на слуху. Предлагаю их вашему вниманию.

Певца Алена Алина. От санскр. «апыа» — «дружба». Друг.

Ванга. Имя этой болгарской ясновидящей совпадает с названием бенгальского народа.

Певца Анжелика Варум. Фамилия искажена: ну при чем тут немецкое «почему»? Фамилия восходит к индийскому богу водной стихии — Варуне. Бог Варуна имеет жену Варуни. Это богиня вина и опьянения. Но слово «варуна» в санскрите означает не только «водяной», но и «западный», ибо эта сторона света находится под покровительством бога Варуны.

Телеведущая Татьяна Веденеева. От санскр. «ведин» — «знающий» + «ева» — «путь». Знающая путь.

Актриса Вия Артмане. От санскр. «виат» — «небо» + «арта» («т» с придыханием) — «устремление» + «ман» — «дух». Духовное устремление к небу.

Актриса Грета Гарбо. От санскр. «гарба» («б» с придыханием) — «ребенок».

Певца Лариса Долина. Совсем не обязательно от горькой русской доли. В санскрите «далин» («д» с придыханием) — «вооруженный, защищенный щитом».

Александра Коллонтай. От санскр. «кала» — «время» + «анта» — одно из значений «завершение». Конец времен.

Политический деятель Валерия Новодворская. Из двух русских слов: «новый» + «двор». Оба слова из санскрита: «нава» — «новый» + «двара» — «ворота». Новые ворота.

Поэтесса Вероника Тушнова. От санскр. «тушника» — «молчаливая, тихая, спокойная».

Тележурналистка Арина Шаропова. Слово «шарап», по Далю, — «грабеж, расхищение». В санскрите же одно из значений слова «шара» — «стрела» + «ап» — одно из значений «добывать». Добывать (с помощью) стрел! Уверена, что русский грабеж без санскритских стрел не обошелся.

Алла ТЕР-АКОПЯН

ПОЗДОРОВАТЬСЯ... НОСАМИ

Иногда на улице, в доме, на работе или принимая гостей,

знаменитом бразильском пляже Копакабана появились не-

нушим приплыли специально обученные собаки породы терранова...

Во Франции любители этой породы создали Национальный

ло никаких собак. Только в XVII в. животные появились на островах Столетия спустя уже ни одна рыбацкая лодка не уходила в море

Девушка с классическим восточным лицом, глядя на меня своими прекрасными и очень серьезными глазами, говорила нечто на этом мертвом языке, который в устах был «живее всех живых».

Смысла я не понимала, однако заставляла себя пробудиться, ощущая ответственность момента. Увы, открыв глаза, я слышала только стремительно улетающие звуки древности, которые оставили мне в качестве презента лишь два последних словечка. По-

медлительно их перевела, смысл оказался возвышенно-прекрасным: Божественная Радость.

В том же 1996 г. московское издательство «Филология» выпустило «Санскритско-русский словарь» В.А. Кочергиной. С тех пор я не расстаюсь с ним ни на минуту. Мой неудержимый интерес к этому, казалось бы, далекому языку плюс бессонные ночи, заполненные кропотливейшими изысканиями в армянских словах и армян-

были у меня под рукой, ряд разнообразных и зачастую откровенно странных армянских фамилий, корни которых в армянском не означают ровным счетом ничего, я принялась с прилежностью отличницы переводить их с санскрита. Результат оказался потрясающим: первый взгляд «бессмысленных», фамилий связана с Богом, Солнцем и Огнем. Древняя религия предков армян, персов, осетин, курдов, афганцев — зороастризм, торжествовавший в армяно-иранском регионе многие тысячелетия, до тех

быть, русский человек не знает. Волин — тот, который имеет отношение к воле, вольнолюбивый, что, собственно, очевидно и без санскрита. Суффикс русских фамилий «ев» восходит к санскритскому «ева» — «путь, ход». Значит, Князев — тот, чей род начал свой путь от князя. Это тоже «лежит на поверхности». Русский суффикс «ов» (Иванов, Петров, Сидоров) происходит от санскритской приставки «ава», обозначающей расчленение, вычленение, направленность, ограничение, то есть данные семьи ограничены именем своих предшест-

Поэтесса Вероника Тушнова. «двара» — «двора». «тушника» — «молчаливая, тихая, спокойная». Тележурналистка Арина Шаропова. Слово «шарап», по Далю, — «грабеж, расхищение». В санскрите же одно из значений слова «шара» — «стрела» + «ап» — одно из значений «добывать». Добывать (с помощью) стрел! Уверена, что русский грабеж без санскритских стрел не обошелся.

Алла ТЕР-АКОПЯН

ПОЗДОРОВАТЬСЯ... НОСАМИ

Встречаясь на улице, в доме, на работе или принимая гостей, все люди здороваются по-разному. Пожалуй, самый необычный церемониал существовал у одной народности Восточной Африки. Там хозяева приветствовали гостей, ложась на спину, поднимая правую руку и дрыгая ногами.

Тибетцы при встрече скалили зубы и высовывали язык. И в наши дни тибетские ламы здороваются, протягивая руки, обращенные ладонями к гостю и показывая кончик языка. Полинезийцы и аборигены Новой Зеландии сохранили обычай здороваться, касаясь друг друга носами.

В Тибете «свод хороших манер» требует, чтобы гость не ходил в туалет в одиночку. Туда следует отправляться втроем.

Обычно гостям предлагают кофе, чай, напитки. Но! Если на острове Ява вам подадут чай, неприлично выпивать его залпом: удовольствие нужно растянуть до конца беседы. Если в гостях у непальцев вы увидите на столике зажженную свечу, не вздумайте задуть ее! Это будет расцениваться как неуважение к свету и Солнцу, так как любой свет есть частичка светила.

СЕКРЕТЫ ВАШЕГО «Я»

«По тому, как вы сидите, стоите, говорите, жестикулируете, можно многое сказать о вас», — заявляет Бернард Эсбел, соавтор книги «Что они знают о себе?». По его мнению, нужно уметь читать язык нашего тела.

- Чем более гармоничен ваш брак, тем меньше вы со своей половиной во время разговора смотрите друг на друга. Если же вы еще не притерлись друг к другу, то следите за реакцией партнера и особенно остро реагируете на критические замечания.

- Если вы беседуете с тем, кто, по вашему мнению, разделяет ваши взгляды, то вы садитесь или встаете к нему поближе, чего не сделаете по отношению к человеку противоположных убеждений.

- Если вы считаете, что собеседник, глядящий вам прямо в глаза, говорит только правду, то ошибаетесь. Мужчина, лгущий другому мужчине, может так же выдерживать его взгляд, как и тот, который говорит правду. Когда мужчина лжет женщине, то пристальнее смотрит на нее, чем тогда, когда говорит правду.

- Когда во время разговора ваш партнер наклоняет голову, повторяя ваши движения, держит ноги или руки в таком же положении, как и вы, то этот человек, скорее всего, пребывает в настроении, соизвучном вашему.

- Человек, наклоняющийся во время разговора в сторону собеседника, симпатизирует ему и, соответственно, наоборот.

- Если вы женщина, то чем ближе вы сидите к собеседнику, тем сильнее ваше желание открыть ему интимные подробности о себе.

На знаменитом бразильском пляже Копакабана появились необычные хвостатые спасатели. Два симпатичных усатых моржа под руководством опытных инструкторов прошли курс обучения по спасению утопающих. Сложнее всего было научить животных носить специальные пояса, с помощью которых они вытаскивают из воды людей. Моржи плавают со скоростью 48 км/ч и необычайно выносливы. Правда, им не очень комфортно в теплой воде, но ведь здесь не Север!

Один южнокорейский моряк обязан своей жизнью морской черепахе. В течение 6 часов он держался за морского гиганта после падения в море с борта торгового судна в 130 км от Бангладеш. В отчаянии 28-летний моряк ухватился за проплывавшую мимо черепаху. Экипажу корабля удалось обнаружить его и вместе со спасательницей поднять на борт судна с помощью подъемного крана. «Черепаха была очень мила, мы с ней быстро нашли общий язык», — сказал моряк.

Многих утопающих спасли собаки. Однажды двое моряков попали в кораблекрушение у берегов Британии. Прежде чем покинуть судно, они послали по радио сигнал бедствия. Более часа потерпевшие находились в воде, постепенно теряя надежду на спасение. Неожиданно один из моряков почувствовал, как кто-то крепко стиснул его левую руку. Оказалось, что на помощь то-

нушим приплыли специально обученные собаки породы терранова...

Во Франции любители этой породы создали Национальную федерацию владельцев спасательных собак, которая особенно активно действует на бретонском побережье. Животные уже доказали свои исключительные способности. Террановы стали работать в качестве спасателей и на итальянских пляжах.



Сильные, выносливые, ростом в холке до 70 см и весом 65 кг собаки породы терранова уже многим пришли на выручку. В 1915 г. в Америке собака даже получила медаль за храбрость. После кораблекрушения ей удалось ухватить зубами трос, брошенный из шлюпки, и вытащить ее на берег.

Происхождение собак породы терранова остается неясным. Известно, что острова Терранова открыты в 1497 г., но тогда там не бы-

ло никаких собак. Только в XVII в. животные появились на островах. Столетия спустя уже ни одна рыбацкая лодка не уходила в море без четвероногих спасателей.

В наши дни терранова снова в почете. Люди убедились, что хорошо обученная собака может выручить из беды намного быстрее самого искусного спасателя.

В Нью-Йоркском институте подводных исследований оказанию помощи при поисковых и спасательных операциях обучают тюленей. Животных учат носить инструменты при подводных работах или, например, расстегивать ремни безопасности в затонувшем автомобиле, чтобы спасти уцелевших людей.

Тюлени могут находиться под водой до 20 минут, а скорость их передвижения достигает 17 узлов. Это позволило использовать животных после соответствующей дрессировки в спасательных работах при трагедиях с самолетами, автомобилями, судами...

По заказу Военно-морского флота США группа морских львов освоила подъем со дна моря небольших затонувших предметов. Каждый «поисковик» снабжен автоматическим захватом — животному достаточно обнаружить затонувший предмет и ткнуть в него укрепленными на голове «рогами», чтобы захваты сомкнулись и зажали находку.

Из коллекции
Анатолия САФОНОВА

После визита в Россию в 2000 году

МАРИЯ ДЮВАЛЬ ВЕЛИКАЯ ЯСНОВИДЯЩАЯ МИРА ПРЕДЛАГАЕТ БЕСПЛАТНО СВОЙ ТАЛИСМАН, ПРИНОСЯЩИЙ БОГАТСТВО И УДАЧУ

Бесплатное предложение, невероятное, но настоящее

Знаменитая ясновидящая Мария Дюваль говорит: «Мне надоело видеть, как некоторые люди всегда получают от жизни то, что хотят, а другие вынуждены каждый день противостоять превратностям судьбы». Вот почему она решила предложить бесплатно свой удивительный талисман, который, как Вы увидите, может принести Вам богатство, удачу и наделить необыкновенной властью. Он станет долгожданным подарком для 500 читателей, приславших этот купон в течение 15 дней.

Вы должны прислать данный купон с Вашей заявкой

«Этот талисман уже зарекомендовал себя, — заявляет Мария Дюваль, — он обладает значительно большей силой, чем многие так называемые амулеты, которыми Вы, возможно, пользовались раньше. Раз прикоснувшись к нему, Вы сможете почувствовать в Ваших руках его излучение и магическую

им бизнесом. Мой бизнес сразу же стал развиваться фантастически успешно! Я стала зарабатывать в 5 раз больше!»

Раиса Петровна К.,
г. Москва

Моя жизнь полностью изменилась

«Я выиграла в лотерею «Золотой ключ» и получила деньги в сумме 10 000 рублей. Удача поворачивается ко мне лицом. Мне очень помог гороскоп-ясновидение».

Виктория Куангалиевна С.,
Волгоградская обл.

Финансовые дела пошли на лад

«В семье у нас все хорошо. Финансовые дела пошли на лад. Мы расплатились с долгами и приобрели автомобиль ГАЗ-2410, выиграла в лотерею «Золотой ключ».

Евгения Филипповна Г.,
г. Лабинск

Талисман вселяет надежду и веру, что все подчинится. У меня исполнилось мое желание — купить 2-комнатную квартиру, и мы купили ее через 3 месяца».

Татьяна Петровна И.,
Ставропольский край

Примеры, которые Вы



КТО ТАКАЯ МАРИЯ ДЮВАЛЬ?

«Пресса часто называла ее человеком-радаром... Президент французского Института исследований в области парапсихологии, лектор Вольного Факультета Астрологии, ясновидящая, медиум, спирит, член Общества исследования психических и парапсихических явлений... Богатейшие промышленники, артисты и политики толпятся у ее дверей. Один крупный банкир

Трудно поверить?

Как и многие люди, Вы, возможно, скептически отнеслись к этому талисману. Но, когда Вы его получите, когда Вы его будете носить несколько дней, на смену Вашему скептицизму придет... радостное удивление.

Почему?

Потому что Вы, возможно, будете удивлены, наблюдая, как день за днем вся Ваша жизнь меняется. Возможно, Вас удивит и то, что все Ваши сегодняшние проблемы исчезнут одна за другой как по волшебству.

Положите его в Вашу сумочку или в один из Ваших карманов — это все, что нужно сделать.

Когда Вы получите пакет с бесплатным талисманом внутри, осторожно откройте его (делайте это только тогда, когда никого нет рядом). Потом возьмите талисман в руку. Посмотрите на него в течение нескольких минут. Затем положите его в сумочку или карман одежды, которую регулярно носите.

Вы можете

- Вы можете вернуть утраченную любовь.
- Вы можете видеть, как одно из Ваших заветных желаний сбывается.
- Вам сделают заманчивое деловое предложение.
- Вы заметите, как какая-нибудь важная персона вдруг становится очень внимательной по отношению к Вам.

Нельзя точно сказать, что именно с Вами случится — у всех людей все по-разному. Талисман приспосабливается к желаниям и потребностям каждого человека. Например, если Вы в нужде, действие талисмана будет проявляться в первую очередь в играх на деньги. Если Вам недостаёт любви, его влияния хватит на то, чтобы привлечь к Вам таких людей, которых Вы ищете. Если Ваш муж или жена охладели к Вам, талисман будет проявлять свою силу, действуя на сознание Вашего партнера.

Важно для тех, кто хочет получить

в течение 15 дней.

Вы должны прислать данный купон с Вашей заявкой

«Этот талисман уже зарекомендовал себя, — заявляет Мария Дюваль, — он обладает значительно большей силой, чем многие так называемые амулеты, которыми Вы, возможно, пользовались раньше. Раз прикоснувшись к нему, Вы сможете почувствовать в Ваших руках его излучение и магическую силу». И это лишь начало того, что Мария Дюваль может сделать для Вас: с ее помощью Вы выиграете много денег, как это уже сделали многие другие.

Талисман совершил чудо в моей жизни

«Мечты мои стали сбываться. Я получила хорошую работу, выиграла 100 000 руб., о которых раньше и мечтать не могла».

Лидия Михайловна Ф.,
г. Волхов

Я стала зарабатывать в 5 раз больше!

«...я стала заниматься сво-

лад. Мы расплатились с долгами и приобрели автомобиль ГАЗ-2410, выиграли в лотерею «Золотой ключ».

Евгения Филипповна Г.,
г. Лабинск

Талисман вселяет надежду и веру, что все получится
«У меня исполнилось мое желание — купить 2-комнатную квартиру, и мы купили ее через 3 месяца».

Татьяна Петровна И.,
Ставропольский край

Примеры, которые Вы только что прочитали, показывают, что может вскоре произойти с Вами — стоит лишь решиться и сегодня же отправить купон с этой страницы, чтобы бесплатно получить талисман.

Представьте себя наконец избавленным от забот и проблем. Представьте свою жизнь, в которой больше денег и удачи. Вы счастливы. Вы освобождены от проблем, которые сегодня Вас тяготят. Вы вновь обрели радость жизни и этим стали привлекательны для людей. Все хотят быть Вашими друзьями.

КТО ТАКАЯ МАРИЯ ДЮВАЛЬ?

«Пресса часто называла ее человеком-радаром... Президент французского Института исследований в области парапсихологии, лектор Вольного Факультета Астрологии, ясновидящая, медиум, спирит, член Общества исследования психических и парапсихических явлений... Богатейшие промышленники, артисты и политики толпятся у ее дверей. Один крупный банк консультируется у нее для подбора кадров».

Энциклопедия Ясновидцев и Астрологов

Дополнительный бесплатный подарок

Вы хотите знать, какие изменения ждут Вас в будущем? Если Вы отправите данный купон в течение 15 дней, ясновидящая Мария Дюваль пришлет Вам дополнительно предсказание, в котором вы найдете ответ на этот вопрос. Но внимание: бесплатное предсказание в дополнение к талисману Вы сможете получить, только если отправите данный купон в течение 15 дней. Не забудьте в этом случае указать дату рождения и заполните купон своей рукой.

ших карманов — это все, что нужно сделать.

Когда Вы получите пакет с бесплатным талисманом внутри, осторожно откройте его (делайте это только тогда, когда возьмете талисман в руку. Посмотрите на него в течение нескольких минут. Затем положите его в сумочку или карман одежды, которую регулярно носите.

Вы можете заметить первые результаты уже через несколько дней

Заметные изменения, которые произойдут в Вашей жизни, не заставят себя долго ждать. Уже с первых дней Вы сможете увидеть действие Вашего талисмана. Как вы поймете, что он начал действовать? Очень просто:

- Вы можете быстро выиграть большую сумму денег в «Спортлото», «Лотто-миллион», «Счастливую пятерку», «Русское лото», «Золотой ключ».

вую очередь в играх на деньги. Если Вам недостаёт любви, его влияния хватит на то, чтобы привлечь к Вам таких людей, которых Вы ищете. Если дели к Вам, талисман будет проявлять свою силу, действуя на сознание Вашего партнера.

Важно для тех, кто хочет получить этот талисман совершенно бесплатно

Заказы будут обслуживаться в порядке их поступления: 500 человек, которые первыми пришлют данный купон, получат талисман Марии Дюваль совершенно бесплатно.

Чтобы быть абсолютно уверенным в получении Вашего талисмана, заполните и отправьте, не откладывая, данный купон (одна заявка на один адрес). Ответьте сегодня же. Тогда Вы будете уверены, что не опоздаете.

Важно для тех, кому не везет в жизни

Почта, которую я получаю, часто удивляет меня: сколько людей ведет нищенское существование, тогда как нужно так мало, чтобы изменить все это, чтобы они смогли познать счастье, богатство и удачу. Не думаете ли Вы, что судьба неблагоприятна к Вам или что Вы родились под несчастливой звездой? Те, у кого есть все, разве они лучше Вас? Нет. Тогда почему они имеют все, а Вы нет? Есть одна очень простая причина, которую я Вам открою. Если до сегодняшнего дня Ваша жизнь не была счастливой, отправьте мне этот купон, чтобы я смогла помочь Вам реализовать Ваши мечты и желания, как я это уже сделала для многих людей.

Мария Дюваль

ВАЖНО!

Заполнить ПЕЧАТНЫМИ буквами

А) четко и кратко сформулируйте Ваше заветное желание* (одно) и запишите его в приведенной ниже рамке одним предложением:

Хочу, чтобы...

Б) сформулируйте также главную проблему (одну) Вашей жизни, волнующую Вас в данный момент. Запишите ее в приведенной ниже рамке, четко и кратко:

Моя проблема в том, что...

* Оно не должно быть направлено во вред людям и всему живому на Земле.

Купон на бесплатное получение Талисмана Богатства и Удачи и предсказаний Вашего будущего отправьте Марии Дюваль по адресу: 111394, г. Москва, а/я 55, для Марии Дюваль

☐ Талисман Марии Дюваль меня заинтересовал. Разумеется, что:

1. Я его получу абсолютно бесплатно в закрытой упаковке без внешних пометок.
2. Я считаю, что уникальная сила талисмана способна победить все плохое в моей жизни и помочь мне получить то, что я хочу.

На этих 2-х условиях отправьте мне срочно удивительный талисман Марии Дюваль, а также бесплатное предсказание Марии Дюваль в отношении моего ближайшего будущего.

Пол: ☐ жен. ☐ муж.

Ф.И.О.:

указать полностью, заполнить печатными буквами

Род занятий (необязательно): ☐ 1. учащийся, ☐ 2. рабочий, ☐ 3. служащий, ☐ 4. домохозяйка, ☐ 5. пенсионер, ☐ 6. другое

Дата рождения: _____

Индекс: _____ Адрес: _____

заполнить печатными буквами

Контактный телефон: (095) 792-51-24 (многоканальный) с 10.00 до 18.00 (кроме выходных)
Действительно только для совершеннолетних жителей России.

Ваши фотографии и письма, присланные Марии Дюваль, не возвращаются

Само название этого знака ассоциируется с подводным миром.

И действительно, Рыбы — знак водной стихии, а управляет ими царь водных просторов Нептун. Водная стихия наделила Рыб аквариумными, террариумными и похожими на водоросли наземными растениями. В облике многих зеленых представителей Рыб угадываются формы этого знака. В Рыбах наиболее гармонично проявляет свои качества красавица Венера. Она-то и наделяет некоторые растения Рыб душистым запахом и красивыми цветами.

Рыбы — самый мудрый и опытный знак Зодиака. Они ближе всех подошли к пониманию божественных законов, поэтому и являются знаком духовного служения. Занимаются богоугодным делом и растения Рыб: они помогают всем нам развивать духовность. Вот несколько наиболее интересных растений этого знака.

Циперус папирус (сыть, «растение-зонтик») (фото 1)

Влияние на атмосферу дома.

Листьями других растений управляет разглагольствующий Меркурий. Циперус хорошо иметь в доме, где хозяева или гости не закрывают рот ни на минуту и считают разговор необходимым средством самовыражения.

Там, где живут болтуны и пускатели слухов, энергетика атмосферы ослаблена, что со временем приводит к эмоциональному

ле и начальным образованием. И раз многочисленные листья циперуса очень мелкие, значит, растение это помогает получать разнообразные, но поверхностные знания, а потому циперус — верный помощник того, кто хочет вкратце ознакомиться с азами наук, получить представление о многих учениях за короткое время. Циперус хорошо иметь рядом тем, у кого не

других свойств, но именно в этом его качестве кроется уникальность влияния растения на атмосферу дома.

Меркурий, управляющий листьями, влияет и на нашу речь, подвижность, и если растение реагирует на прикосновение только к молодым листьям, то и воздействие его на атмосферу связано с чем-то новым, молодым, непроторенным. Асплениум хорошо иметь

тем, кто плохо поддается обучению, медлителен и тяжел на подъем (Меркурий, управляющий листьями, заведует общением, общением, движением), это растение помогает человеку чувствовать собеседника, угадывать ход его мысли, ощущать радость от получения новых знаний.

Влияние на здоровье. В молодых чутких листьях этого растения планета молодости Меркурий проявляет большинство своих

падам настроения и частым депрессиям.

Влияние на эмоциональное состояние. Цветы комнатных орхидей бывают окрашены в белый, розовый, желтый, красный цвета. Давно известно, что каждый цвет действует на психику человека по-своему. Даже если в данное время орхидея не цветет, потенциальная энергия ее солнечных цветочков окружает растение. Мы чувствуем ее, и наше состояние меняется. Управляющее цветами Солнце связано с творчеством, стремлением к созиданию, радостью, а окраска цветов говорит, на какое же именно созидание вдохновляет растение.

Орхидеи с белыми цветами стимулируют человека на честное, чистое творчество. Такие растения рожают мысли о пользе и вреде

творчества, и человек чаще задает себе вопрос: «А не наврежу ли я своими делами другим и себе?»

Орхидеи с желтыми и оранжевыми цветами вдохновляют человека на творчество ради творчества, ведь желтый

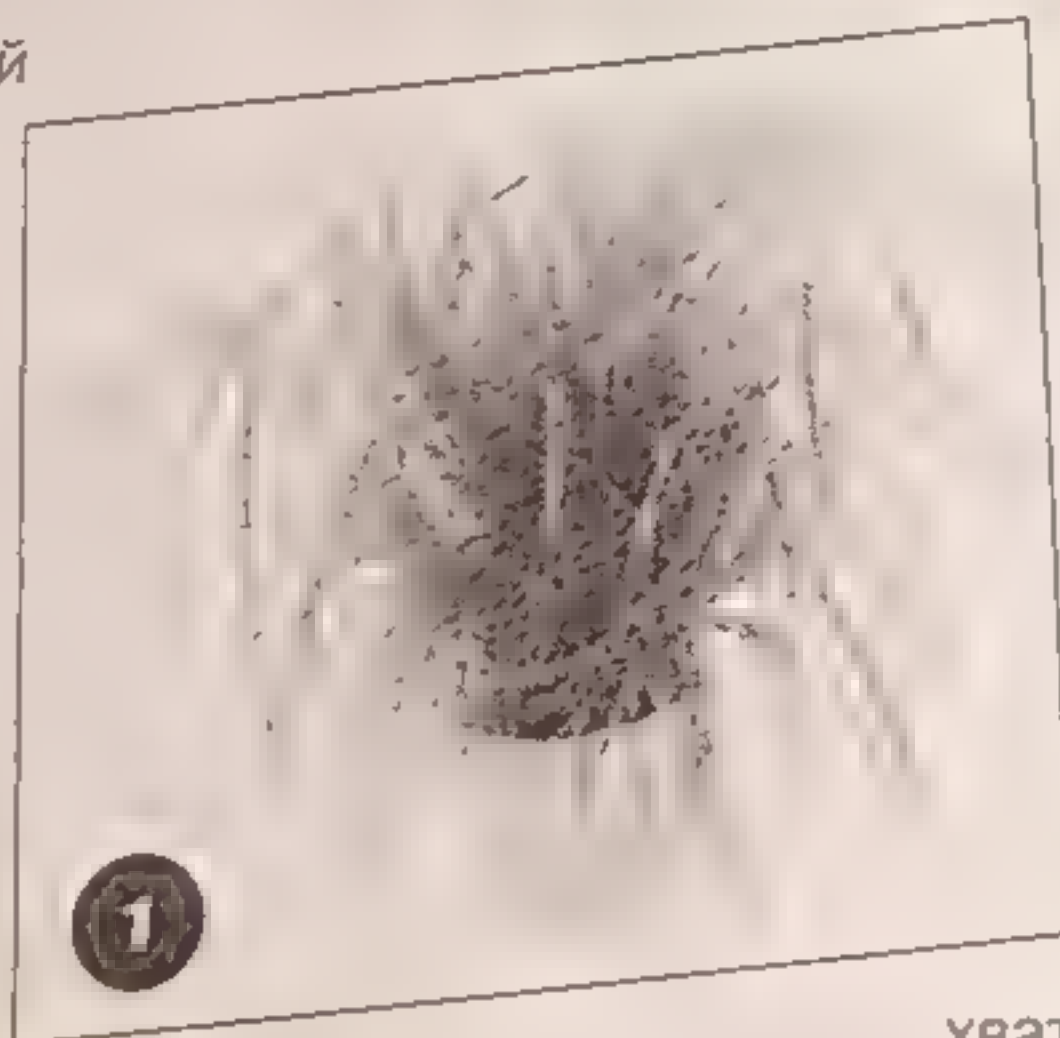
своих свойств, а главное из них — подвижность. Находясь в наших домах, асплениум препятствует застою явлениям в организме и в первую очередь развитию хронических заболеваний, ускоряет процесс обмена веществ, способствует более быстрому выздоровлению после любых болезней.

— цвет Солнца, планеты, стимулирующей созидательную активность. Человек не станет задумываться о влиянии его произведения на других людей, он просто будет ощущать постоянную потребность созидания. Меньше размышлений, больше дела — девиз желтых орхидей. Но к еще более стремительному творчеству зовут орхидеи с темно-красными цветами. Насыщенно-красный — цвет огненного, страстного, неуправляемого Марса — планеты импульса и скорости. Орхидеи с такими цветами заставляют человека действовать быстрее, на одном дыхании, не задумываясь, поэтому такие растения могут быть полезными для тех людей, кто слишком долго продумывает план действия, прежде чем приступить к воплощению своего замысла, и просто ленивых.

Но если вы хотите, чтобы ваши творения (чем бы вы ни занимались) приносили удовольствие людям, посадите рядом комнатную орхидею, цветущую розовыми цветами, ведь нежно-розовый — цвет

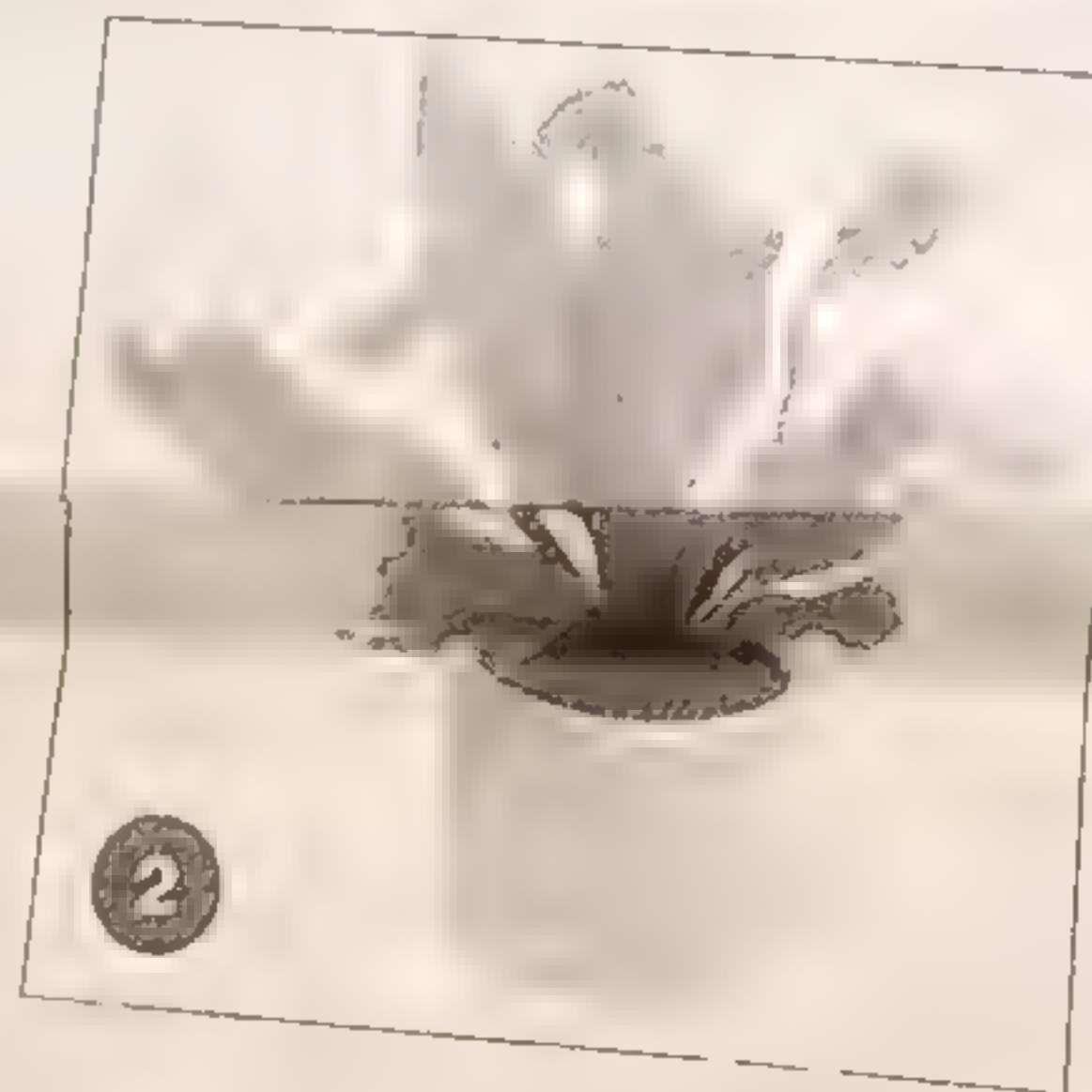
ЗЕЛЕНЫЙ МИР РЫБ

(20.02 — 20.03)



хватает времени на глубокое изучение предметов, ведь он помогает схватывать информацию на лету.

Рыбы управляют кризисными системами, плазмой крови. Циперус благодаря живущему в его тонких листьях суперлегкому Меркурию действует очищающе на системы, которыми управляют Рыбы, а значит, поддерживает чистоту организма. Рыбы влияют и на сон. И на это состояние человека простирает свое очищающее влияние находящийся в циперусе Мерку-



там, где люди болезненно воспри-



Орхидея

(фото 3)

Влияние на атмосферу дома. Знак Рыбы, к которому относится это растение, близок к возвышенному сознанию. Это знак глубокой, тонкой психики, но жить на Земле с утонченной душой нелегко, и Рыбы склонны впадать в депрессию. В божественно прекрасных, почти прозрачных лепестках орхидей отражены все качества

Вот несколько наиболее интересных растений этого знака.

Циперус папирус (сыть, «растение-зонтик») (фото 1)

Влияние на атмосферу дома. У циперуса интересные, нитевидные, «лохматые» листья. Ими, как и листьями других растений, управляет разговорчивый Меркурий. Циперус хорошо иметь в доме, где хозяева или гости не закрывают рот ни на минуту и считают разговор основным средством самовыражения.

Там, где живут болтуны и пустозвоны, энергетика атмосферы сильно ослаблена, что со временем приводит к эмоциональному и физическому истощению домочадцев. Но защитить пространство от пустых звуков способен циперус. Он погасит в себе этот звук и сохранит благоприятную атмосферу в доме.

Влияние на эмоциональное состояние. Листья растений не только очищают атмосферу. Меркурий, управляющий ими, заведует многими областями жизни, в том чис-

1

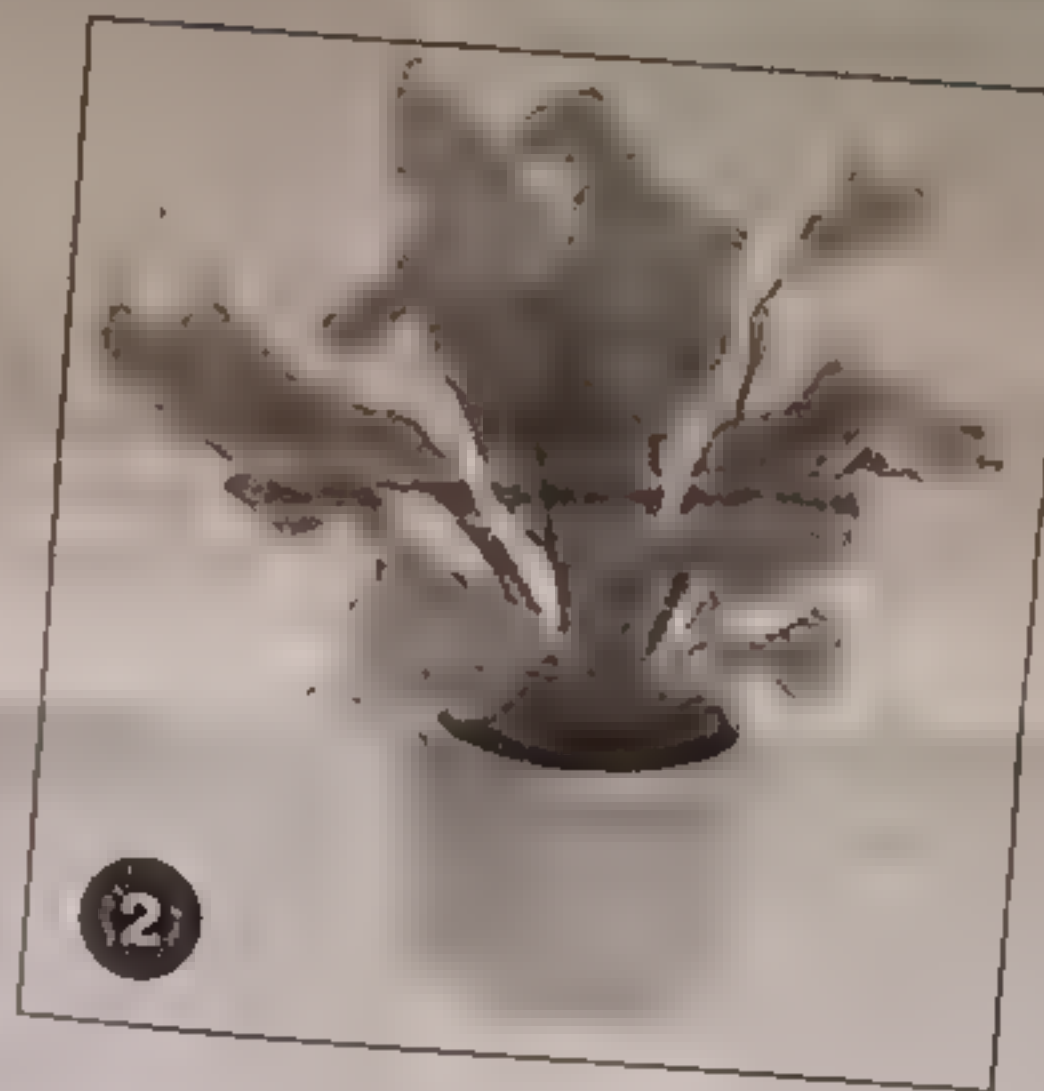
ет времени на глубокое изучение предметов, ведь он помогает схватывать информацию на лету.

Влияние на здоровье. Рыбы управляют лимфатической и эндокринной системами, плазмой крови. Циперус благодаря живущему в его тонких листьях суперлегкому Меркурию действует очищающе на системы, которыми управляют Рыбы, а значит, поддерживает чистоту организма. Рыбы влияют и на сон. И на это состояние человека простирает свое очищающее влияние находящийся в циперусе Меркурий. Он облегчает сон и помогает человеку расслабиться.

Костенец (асплениум) гнездовой (фото 2)

Влияние на атмосферу дома. У этого красивого и довольно неприхотливого растения есть одна особенность — оно не терпит, когда прикасаются к его молодым листьям. У асплениума много и

хватает



2

там, где люди болезненно воспринимают новшества. Он очищает атмосферу от мыслей и чувств людей, не терпящих перемен.

Влияние на эмоциональное состояние. Молодые листочки асплениума очень уязвимы, а уязвимость — это сверхчувствительность, поэтому асплениум — растение для «толстокожих», тех, с кем сложно общаться, кто не понимает юмора и вообще с трудом включается в разговор. Асплениум хорошо иметь рядом

организме и в первую очередь развитию хронических заболеваний, ускоряет процесс обмена веществ, способствует более быстрому выздоровлению после любых болезней.

Орхидея (фото 3)

Влияние на атмосферу дома. Знак Рыбы, к которому относится это растение, близок к возвышенному сознанию. Это знак глубокой, тонкой психики, но жить на Земле с утонченной душой нелегко, и Рыбы склонны впадать в депрессию. В божественно прекрасных, почти прозрачных лепестках орхидей отражена вся красота, чистота и нежность души. Даже комнатные, самые неприхотливые из всех видов, орхидеи остаются очень уязвимыми и хрупкими растениями. Красоту этим растениям дает очаровательная Венера, но самими цветами управляет божественное Солнце. Солнце обеспечивает энергией Землю, дарует нам жизнь. Точно так же и орхидеи наполняют пространство вокруг себя животворной солнечной энергией. Эти милые растения хорошо иметь там, где люди склонны к пере-

желтых орхидей. Но к еще более стремительному творчеству зовут орхидеи с темно-красными цветами. Насыщенно-красный — цвет огненного, страстного, неустойчивого Марса — планеты импульса и скорости. Орхидеи с такими цветами заставляют человека действовать быстрее, на одном дыхании, не задумываясь, поэтому такие растения могут быть полезными для тех людей, кто слишком долго продумывает план действия, прежде чем приступить к воплощению своего замысла, и просто ленивых.

Но если вы хотите, чтобы ваши творения (чем бы вы ни занимались) приносили удовольствие людям, посадите рядом комнатную орхидею, цветущую розовыми цветами, ведь нежно-розовый — цвет Венеры, богини красоты, которая умеет нравиться всем.

Влияние на здоровье. Будучи растениями нежными, изысканными, орхидеи действуют на организм человека очень тонко, подобно гомеопатическому лекарству. Влияние этих растений может быть полезно для каждого, ведь орхидеи стараются навести в организме человека полный порядок. Они не оставят без внимания ни одну больную клеточку тела.

Елена МАЗОВА,
астролог

«Вера состоит в том, что мы верим всему, чего не видим, а наградой за веру является возможность увидеть то, во что мы верим» — это высказывание Августина Блаженного очень точно характеризует феномен, с которым столкнулись врачи и психологи. Медики заметили, что обыкновенные таблетки-«пустышки», не содержащие никаких полезных компонентов, могут исцелить больного, если он верит в чудодейственную силу предложенного ему лекарства. Что же тогда излечивает человека? Только его вера? Кстати, не менее важной для достижения положительного результата является и уверенность больного в компетентности своего врача. Если пациент верит доктору, лечение идет гораздо успешнее. И наоборот: скептически настроенного ворчуна, который считает, что его обманывают и выписывают дешевые никчемные препараты, вылечить практически невозможно.

С верой связан и еще один феномен — возникновение на телах верующих стигматов — ран, подобных тем, которые были у распятого Христа. Ученые до сих пор не могут объяснить, каким образом без всякого механического воз-

ЧУДЕСА ТАМ, ГДЕ В НИХ ВЕРЯТ!

действия извне появляются эти кровоточащие рубцы. Многие исследователи считают, что именно вера людей приводит в движение их психические силы, которые и «ответственны» за появление на теле столь необычных ран.

Парапсихологи пришли к заключению, что все мы немного экстрасенсы и тоже можем творить чудеса, которым поражаемся, читая о Джуне или Чумаке. Конечно, эти способности надо развивать, но главное — необходимо в них верить. Скептицизм — надежная прививка от чудес, и это было доказано исследованиями зарубежных ученых.

Все мы, несомненно, отличаемся друг от друга по самым различным параметрам, в том числе по физическому и интеллектуальному развитию, поэтому ученые не сомневались, что и пси-способности у всех людей разные. Однако ока-



залось, что начинать выявление каких-либо экстрасенсорных талантов надо не с оценки силы их проявления, а с самого главного — способности верить или не верить в чудеса.

Любопытные исследования влияния веры на пси-способности были начаты еще в 1942 г. Гертрудой Шмайдлер среди студентов

Гарвардского университета (США). Студентов разделили на две группы. В первую попали те, кто верил или, во всяком случае, допускал существование сверхчувственного восприятия (экстрасенсорных способностей), а во вторую включили скептиков, высказывающих по этому поводу весьма ироничные и язвительные сомнения. Обе группы должны были, используя ясновидение, угадать порядок специальных карт в колоде из 25 штук, которая находилась в другом помещении. Так вот скептики стабильно набирали меньше вероятностного среднего, в то время как другая группа во всех случаях показала результат выше среднего.

В 1945–1951 гг. исследовательница провела дополнительно еще 14 серий подобных экспериментов, и опять скептики выдали, в отличие от верящих в успех, результат ниже среднего. При этом

вероятность случайного совпадения составила менее 1 шанса на 10 миллионов. Таким образом, Гертруда Шмайдлер установила связь между экстрасенсорными способностями и психологической установкой на веру или скептицизм.

В 1971 г. этим вопросом заинтересовался калифорнийский ученый Джон Палмер. Он проанализировал статистику подобных экспериментов, проводившихся в разных странах мира, и установил, что почти в 84% опытов верящие в чудеса показывают более высокие результаты, чем скептики. Таким образом, выводы Шмайдлер блестяще подтвердились. Конечно, подобные исследования довольно сложны, ведь веру невозможно взвесить на весах или измерить каким-либо способом, поэтому трудно оценить в каких-то параметрах, кроме статистических, ее воздействие на пси-способности. Одно ясно: из скептика экстрасенса не получится. Прав был Дени Дидро: «Чудеса там, где в них верят, и чем больше верят, тем чаще они случаются».

Виталий ГОЛУБЕВ



— Виктор Трофимович, у наших читателей вызвал большой интерес ваш рассказ о проблемах буквы «ё». Но объем газетной полосы ограничен, и мы не смогли поговорить о многом другом, а в вашей жизни было столько необычного и таинственного... Ведь вы первым в нашей стране раскрыли тайну страшного землетрясения в Таджикистане в 1949 г. Как вам удалось узнать об этом?

— Совершенно случайно. Но возникший интерес побудил меня заняться изучением всех доступных и недоступных материалов. Я опросил многих свидетелей, точнее, тех людей, кто что-либо слышал или знал об этих событиях, перелопатил уйму документов.

Хаитское землетрясение 10 июля 1949 г. было зафиксировано фактически всеми сейсмическими станциями мира. Любому ученому ясно: если район землетрясения подобной мощности обитаем, то жертвы неизбежны, но никто ничего не сообщал о пострадавших, а ведь пропали целый город и тысячи жителей. Надо отдать должное системе централизованной власти в СССР: ей блестяще удалось скрыть от своего народа и всего мира факт массовой гибели людей и разрушения населенных пунктов 10 июля 1949 г.

— Вам приходилось бывать в районе этой катастрофы?

— Я был в тех местах в командировке и ехал по своим делам в Джиргиталь. По пути мы разговорились с водителем. Он-то и рассказал мне о катастрофе, случившейся в июле 1949 г. В Сталинабаде (с 1961 г. — Душанбе) я сравнил карту республики 40-х гг. с более новой и обнаружил, что на новой карте действительно отсутствует город Хаит с населением 5 тыс. человек.

В центральной республиканской газете «Коммунист Таджикистана» за 15 июля 1949 г. было напечатано сообщение Таджикского телеграфного агентства, в котором говорилось, что 8 и 10 июля в Таджикистане произошли два сильных землетрясения с эпицентром в горах, но о пропавшем городе Хаит нигде не упоминалось. Согласитесь, это странно. С тех пор я стал собирать информацию об этом происшествии. В 1961 г. я познакомился с начальником одного из подразделений строительства электростанции на реке Вахш Денисом Никитиным. Он рассказал, что присутствовал на секретном совещании, где услышал о тысячах людей, заживо по-

за распределением средств. Летчики оформили документы и сдали деньги в городскую сберкасса. Уполномоченный Сбербанка сказал им, что будет работать с руководителями города и населением не менее 5–6 часов, а они могут отдохнуть.

Пилоты решили не сидеть в душном и пыльном городе и собрались на охоту, а может быть, их погнало в горы инстинкт самосохранения.

Со слов летчиков, в Хаите было очень беспокойно. Людей напугали подземные толчки, несколько

на них земляного вала, но он догнал их и накрыл собой. Движение грунтовых масс этой лавины было остановлено отвесной стенкой ущелья, совершавшего здесь поворот. В результате резкой остановки на дне потока импульс давления составил несколько сотен атмосфер. Город Хаит и все живое в ущелье, а также долина Ясмана и реки оказались под слоем грунта толщиной от 50 до 100 м.

Шум, грохот и скрежет дополнил ураганный ветер, местами до-

на них земляного вала, но он догнал их и накрыл собой. Движение грунтовых масс этой лавины было остановлено отвесной стенкой ущелья, совершавшего здесь поворот. В результате резкой остановки на дне потока импульс давления составил несколько сотен атмосфер. Город Хаит и все живое в ущелье, а также долина Ясмана и реки оказались под слоем грунта толщиной от 50 до 100 м.

Шум, грохот и скрежет дополнил ураганный ветер, местами до-

— Неужели никто ничего до сих пор не знал об этом происшествии?

— Многие, кто жил рядом, знали, но молчали. Конечно, у погибших людей остались родственники, друзья, знакомые, которые их искали. Но... Сейчас я хочу написать книгу, где постараюсь изложить все факты, которые есть в моем архиве.

— Значит, именно летчики сообщили о том, что большая сумма хранилась в исчезнувшем городе в одном конкретном месте?

— Представьте, чего стоило несчастным очевидцам трагедии, пережившим такой шок, объяснить, почему они остались живы, а самолет погиб. Да и куда делся тот чиновник, который прилетел вместе с ними? Как они могли доказать, что сдали документы и деньги в сберкасса? Немало вопросов вызвал и тот факт, что у них с собой было ружье. На летчиков завели уголовное дело, их исключили из партии за утерю важных документов. Но потом им сказали, что их судьба может кардинально измениться, если сейф будет извлечен из-под земли.

— Не сами же они должны были искать сейф?

— Конечно, нет. Поиск и подъем денег возглавил уже упоминавшийся мной Денис Никитин. Успех предприятия зависел от точности определения места, где располагалась сберкасса, но сделать это было очень трудно, поскольку местность после землетрясения изменилась до неузнаваемости. Первые же исследования дали ошеломляющие результаты. Город лежал под слоем сложнейшего для проходки грунта — смеси лёссовых и горных пород, в основном гранитов, толщиной 70 м. Более того, поверхность речка постоянно заливалась водой предполагаемое место работы проходчиков. Грунт был сильно обводнен и напоминал сметану, нашлагованную гранитными глыбами.

— Да и средства требовались на поисковые работы немалые!

— Смета на проведение работ в 3 раза превысила сумму, выделенную на 70-метровую глубину.

ЗАСЕКРЕЧЕННОЕ ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЕ

Многие наши читатели, наверное, с удовольствием познакомились с любопытнейшим человеком — Виктором Трофимовичем ЧУМАКОВЫМ, Главным Ёфикатором России («МЗ», № 3). Однако этот рыцарь буквы «ё» рассказал нашему корреспонденту не только о своей притесняемой любимице из русской азбуки, но и поведал невероятно трагическую историю об исчезнувшем с лица Земли городе...

дней назад выгнавшие их из ветхих жилищ на улицы. Никто не хотел возвращаться в дома. По дороге были сооружены дог-



более новой и обнаружил, что на новой карте действительно отсутствует город Хаит с населением 5 тыс. человек.

В центральной республиканской газете «Коммунист Таджикистана» за 15 июля 1949 г. было напечатано сообщение Таджикского телеграфного агентства, в котором говорилось, что 8 и 10 июля в Таджикистане произошли два сильных землетрясения с эпицентром в горах, но в пропавшем городе Хаит никто не упоминался. Согласитесь, это странно. С тех пор я стал собирать информацию об этом происшествии. В 1961 г. я познакомился с начальником одного из подразделений строительства электростанции на реке Вахш Денисом Никитиным. Он рассказал, что присутствовал на секретном совещании, где услышал о тысячах людей, заживо погребенных в Хаите и близлежащих кишлаках. Именно от него я узнал подробности об урагане, который поднимал в воздух людей и, пронеся их сотни метров, разбивал о скалы, о полностью уничтоженной растительности, неузнаваемо изменившемся рельефе в эпицентре землетрясения, поведении горных рек в те страшные часы.

А знал он о случившемся потому, что, несмотря на все завесы секретности, в то время перед республиканскими властями была поставлена задача помочь местным органам управления восстановить мосты и переправы, вернуть реки Хаитского урочища в стабильные берега, определить, на какой глубине лежат руины Хаита, и... достать сейф с деньгами из сберкассы.

— В городе был всего один сейф?

— Сейф, скорее всего, был не один, и, видимо, в каждом имелось что-либо ценное, но в том точно лежали огромные по тем временам деньги. Большую сумму летчики из Сталинабада доставили в Хаит и сдали в банк буквально за 2 часа до катастрофы. Кстати, именно эти чудом уцелевшие пилоты и видели то, что происходило, хотя это кажется невероятным.

— Действительно, как можно увидеть землетрясение?

— Двое летчиков — Воробьев и Петухов — в день трагедии привезли в Хаит деньги, предназначенные для восстановления жилищ: в том районе уже произошло землетрясение, и Совет Министров Таджикской ССР оказал помощь пострадавшему населению. Вместе с пилотами в город прибыл государственный чиновник, который должен был проследить

ЧУМАКОВЫМ,
Главным Ёфикатором
России («МЗ», № 3).
Однако этот рыцарь
буквы «ё» рассказал
нашему корреспонденту
не только о своей
притесняемой любимице
из русской азбуки,
но и поведал невероятно
трагическую историю
об исчезнувшем
с лица Земли городе...

дней назад выгнавшие их из ветхих жилищ на улицы. Никто не хотел возвращаться в дома. Повсюду были сооружены легкие навесы от солнца, под которыми и ночевали люди. Крайне тревожную обстановку создавало необычное поведение животных: петухи громко и часто кричали, собаки беспринципно перебегали с места на место и выли, металась и мяукали кошки, чуть ли не непрерывно орали ишаки, а накануне ночью жители обратили внимание на странные полеты голубей.

Когда летчики были уже почти на перевале, что-то заставило их остановиться, повернуться и посмотреть вниз на город.

— На меня очень сильное впечатление произвела картина землетрясения, которую вы описали в одном из своих очерков. Я могу ее процитировать?

— Конечно. И представляете, это не фантастика. Люди видели все происходящее своими глазами.

«Внезапно как бы издалека пришел и покотился, нарастая и заглушая абсолютно все, тяжелый гул. Земля дрогнула и затряслась, испустив громкий, в низком регистре звук, похожий на вздох гигантского первобытного животного. Звук этот постепенно перешел в мощный гул, напоминающий стрельбу из нескольких сотен дальнобойных орудий. От неожиданности и мощного толчка летчики не устояли на ногах. Их ощущения от колебаний почвы напоминали выдергивание ковра из-под ног то в одном, то в другом направлении. В одно мгновение все здания в Хаите разрушились, и над ним поднялся столб пыли. Город как бы вздыбился и стал многоэтажным, однако это скорее напоминало мираж. Все вокруг заволокло мглой, и сразу потем-



— Получается, город ушел под землю?

— Самый мощный и страшный обвал случился справа и выше летчиков. С высоты 800 м над уровнем долины обрушился и поехал вниз по круто падающей «дороге» с уклоном 120 м на километр кусок горы Чохрак (Чогурак) объемом в половину кубического километра! За считанные секунды этот каменный поток набрал скорость более 110 км/ч.

Перед Хаитом ущелье несколько суживается, образуя горловину, в которой и произошел на короткое время затор движущейся по ущелью массы, и все это быстро росло в высоту, пока напивавшие сзади миллионы тонн увлажненного грунта не прорвали затор. Вся эта махина, поднявшись в горловине на 150 м, рванула с невероятной быстротой в сторону Хаита. Отдельные глыбы размером с грузовик летели на 300 м и плюхались на движущийся поток.

— Страшнее, чем современный фильм ужасов...

— Летчикам довелось увидеть мгновенную гибель 5 тыс. человек. Люди, находившиеся на южной окраине городка, в паническом страхе попытались бежать от летящего

стигавший 350 км/ч, от которого деревья наклонялись кронами к земле и ломались, а большинство из них было вырвано с корнем и отброшено на километры. Привязанная к дереву лошадь вместе с ним была отброшена на противоположный берег ущелья, по которому уже трупом сползла вниз. Почти так же в те несколько минут погибли и сотни людей. Ураган был вызван быстрым перемещением лавины, создавшим движение воздушных масс у ее поверхности, наподобие ударной волны.

— Выходит, местность изменилась до неузнаваемости?

— Когда наступила тишина, летчики действительно уже не могли узнать окружающего их пейзажа. Затем они стали свидетелями еще одного неординарного явления. Им даже пришлось пригнуться, потому что над ними понеслись птицы. Летели они очень странно: не просто низко, а как бы дергаясь из стороны в сторону. Такими непредсказуемыми зигзагами перемещаются только летучие мыши или бабочки. Это был жуткий траурный полет вмиг обезумевших птиц, потерявших свои гнезда и беспомощных птенцов.

ния места, где располагалась сберкасса, но сделать это было очень трудно, поскольку местность после землетрясения изменилась до неузнаваемости. Первые же исследования дали ошеломляющие результаты. Город лежал под слоем сложнейшего для проходки грунта — смеси лессовых и горных пород, в основном гранитов, толщиной 70 м. Более того, постоянно заливалась водой предполагаемое место работы проходчиков. Грунт был сильно обводнен и напоминал сметану, нашлигованную гранитными глыбами.

— Да и средства требовались на поисковые работы немалые!

— Смета на проведение работ в 3 раза превысила сумму, лежащую на 70-метровой глубине. Специалисты, проводившие расчеты, доложили о результатах своей деятельности начальству, но руководство республики было неумолимо: «Работы надо начинать». Проходчики приступили к делу. Только в конце 1950 г. удалось извлечь злополучный сейф, превратившийся в полугонную лепешку размером 1,5 x 1 м и толщиной 25 см. Казалось, сейф прошел через валки прокатного стана. Никто не понимал, почему он стал именно таким. Горное давление на глубине 70 м — 16–18 атмосфер. Этого явно недостаточно, чтобы так сплющить сейф. Видимо, произошло нечто подобное гидравлическому удару со скачком давления в несколько сотен атмосфер, что и превратило сейф в лепешку.

Сейф под охраной доставили в Сталинабад, где опытный автогенщик под бдительным оком комиссии из Госбанка целый день резал это чудо. А когда лепешку вскрыли, выяснилось, что деньги превратились то ли в древесину, то ли в какой-то материал наподобие текстолита. Особенно диковинными выглядели денежные пачки, спрессованные с торцов бумажных листов. И все-таки через два часа исследований и подсчетов комиссия торжественно заявила, что вся сумма в наличии.

Летчиков оправдали, но пережитый ими сильнейший эмоциональный стресс не прошел для них бесследно.

— И что же теперь в этом районе?

— Другая жизнь. Время не стоит на месте.

Беседовал
Владимир ЦАРЕВ



Его диагноз звучал как приговор: неоперабельный рак мозга. Кроме врачей, о нем знали только он и жена. Поликарпов, не выходя из дома, написал несколько очерков, используя имеющийся в своем столе материал, и записал. Жена собрала вещи и ушла к «подруге», по странному стечению обстоятельств носившей усы и бороду. Расставание с женой было болезненным: их брак давно исчерпал себя и умер, а теперь умереть предстояло Поликарпову.

Стихийный материалист и изрядный циник, он не страшился своей кончины. Не все ли равно, что будет потом: распадется плоть или ее сожгут при температуре варки металла? Безутешные друзья зальют свое горе в ресторане Домжура. Детей и близких родственников у него нет, а веселая вдова незамедлительно вселится в его кооперативную квартиру вместе с бородатой «подругой» и, ни минуты не колеблясь, отнесет на помойку папки с его рукописями, материалами и статьями. Ну и плевать!

Но боль! На нее не плюнешь, не махнешь рукой! Ее, довлеющей над всеми чувствами, пожирающей человека, превращающей любого в комок страдающей слизи, пока еще нет. Но она неминуемо придет — не просто боль, а бог боли, грозный, неумолимый бог страдания, отчаяния и мучительного, бессмысленного предсмертья.

В кристальный миг запоя, когда широко и прозрачно видно все вокруг, а будущего нет и оно не тревожит, Поликарпов осознал: нельзя дожидаться приглашения на казнь. Жизнь надо оборвать самому — обмануть боль, оставить ее с носом.

Он стал обдумывать способ самоубийства. Петля отпала: веревки рвутся, крюки вылетают, поэтому повешение было отрицательно и навсегда, как и утопление. Поликарпов был прекрасным пловцом, и мысль о том, что он уступит водной стихии, раздражала до невыносимости. Визит на 13-й этаж исключался — несколько лет назад там выбросился из окна сосед по подъезду. То, что осталось от несчастного, лежало на полу под теплым ковром.

Ну что ж, тогда пуля или яд.

Имелось охотничье ружье да на даче было надежно спрятан спеленатый в промасленное тряпье отцовский трофейный олень. Охотничье ружье не подходило — в рот разнес бы полчерепа. Боевой нож тоже не надежен. У Поликарпова было идеальное положение сердца, и, стреляя в грудь, он мог и про-

звизга, Поликарпов не знал. Райский часто повторял: «Все мы вышли из райского сада и еще можем туда вернуться».

Райский Сад, как за глаза называли его знакомые, был гипнотизером, психотерапевтом, мистиком и

ся здесь. В центре внимания была совсем молодая, не известная Поликарпову девушка — красавица испанка русского, впрочем, происхождения. Она страдала пиробобией: падала в обморок при виде живого огня. Райский лечил ее гипнозом и обнаружил у нее дар ясно-видения. Поликарпо-

Лев ГАВРИЛОВ

Долгая счастливая жизнь...



много еще кем. Райский устраивал у себя на квартире безумно интересные сеансы гипноза, ясновидения и еще черт-те чего. Поликарпов относился к опытам Райского Сада как к ловкому и талантливному шарлатанству, но выбора не было. Поликарпов не

у поставили условие он получит яд лишь после того, как выслушает предсказания несчастной красавицы.

Райский ввел девушку в гипнотический транс и начался безумный диалог:

— Вы знаете этого человека? — поворачи-

- Нет, он погибнет в море.
- Как?
- Он сгорит. В море огня...
- Вы знаете этого человека?
- Да, это мой муж...

На следующий день в своей московской квартире Поликарпов выстрелил из вальтера себе в висок. Очнувшись он в больнице, уже через месяц его выписали. Еще через месяц стало ясно: от опухоли не осталось и следа. Поликарпов не помнил ни о Райском, ни о людях, посещавших гипнотизера, ни о красавице испанке, ни о диком ее предсказании — об этом позаботился Райский Сад.

Излечившаяся ясновидящая подверглась той же процедуре стирания памяти и уже не падала в обморок, когда при ней закуривали.

После всех потрясений Поликарпов поехал отдыхать в Дом творчества писателей в Коктебель (зимой туда проще было достать путевку) и познакомился там с очаровательной русской испанкой, совсем молодой девушкой. Через месяц они поженились и прожили долгую счастливую жизнь. У них родились две дочери, и Поликарпов перешел на оседлый образ жизни, не заглядывая в бутылку, а из прежних привычек у него сохранилась лишь безобидная страсть к бильярду.

В 1989 г., когда страну вовсю лихорадило, Поликарпов сам себе придумал командировку. Он решил проехать из Минска через Вильнюс, Ригу и Таллин и, останавливаясь в каждом городе на 3-4 дня, написать серию очерков о настроениях в братских республиках.

По дороге из Вильнюса в Ригу он отчего-то вспомнил родителей: в начале 50-х гг. они отдыхали на Рижском взморье, в Майори. Как волшебю звучала в заснеженной сталинской Москве эта экзотика: Майори, Булдури, Лиелупе — почти за граница! Тогда родители привезли ему, 12-летнему пацану, роскошный трехцветный бумажник, источающий благородный запах натуральной кожи. Он и сейчас был с ним, правда без денег, но с фотографиями жены и дочерей. «Как странно, — подумал Поликарпов, — я объездил всю Прибалтику и никогда не бывал в Юрмале».

В Риге, не заезжая в гостиницу, он взял частника и помчался на взморье. Шофер оказался слегка нетрезвым лихачом, но машин было мало. Поликарпов не смотрел на дорогу, а глазел по сторонам. И только решив предупредить шофера о предстоящих частых остановках, он боковым зрением опытного водителя мгновенно поймал и оранжевый бензовоз, который неудержимо заносило поперек пути, и летящую ему в борт со скоростью 100 км/ч иномарку, и «КАМАЗ» справа, и «рафик», запирающий их сзади.

Пламя встало сплошной стеной, раскаленные шары освобождались от оболочки дыма и копоти; водитель заложил немыслимый вираж, но они все равно влетели в

обмануть боль, оставить ее с собой. Он стал обдумывать способ самоубийства. Петля отпала: веревки рвутся, крюки вылетают, поэтому повешение было отринуту раз и навсегда, как и утопление. Поликарпов был прекрасным пловцом, и мысль о том, что он уступит водной стихии, раздражала до невыносимости. Визит на 13-й этаж исключался — несколько лет назад там выбросился из окна сосед по подъезду. То, что осталось от несчастного, было так тепло, так уютно, так покойно... Ну что ж, тогда пуля или яд.

Имелось охотничье ружье да на даче был надежно спрятан спеленатый в промасленное тряпье отцовский трофейный вальтер. Охотничье ружье не подходило — выстрел в рот разнес бы полчерепа. Вальтер тоже не надежен. У Поликарпова было горизонтальное положение сердца, поэтому, стреляя в грудь, он мог и промахнуться. Выстрел в голову опять же не давал гарантий: знаменитый граф Сен-Симон целил в висок, а выбил себе глаз и просидел несколько часов с глазом в руках, пока не пришел посетитель и не обрезал ножницами глазной нерв.

Надо было достать яд, лучше цианистый калий, и быстро. Но близких знакомых, имеющих доступ к ядам, у Поликарпова не имелось.

Один врач, знакомый приятеля, свел его с человеком, круг пациентов, учеников и поклонников которого был безграничен. Звали этого странного джентльмена Райский, но была это фамилия или часть про-



много еще кем. Райский устраивал у себя на квартире безумно интересные сеансы гипноза, ясновидения и еще черт-те чего. Поликарпов относился к опытам Райского Сада как к ловкому и талантливому шарлатанству, но выбора не было. Поликарпов не мог ждать, боль уже наносила регулярные визиты, и он решил поговорить с Райским наедине.

Тот выслушал его спокойно и обещал помочь в течение недели. «Впрочем, — заметил он своим обесцвеченным голосом, — никто, кроме избранных, не знает будущего даже в вашем положении. Приходите ко мне завтра вечером. Будет нужный человек, да и сеанс может оказаться для вас необыкновенно интересным».

В назначенный час Поликарпов сидел в удобном кресле среди спиритов, как он про себя назвал собравших-

ву поставили условие: он получит яд лишь после того, как выслушает предсказания несчастной красавицы.

Райский ввел девушку в гипнотический транс и начался безумный диалог:

— Вы знаете этого человека? — повелительно, но без нажима спросил Райский, указывая на Поликарпова.

— Темно, — внятно отвечала красавица.

— Что случится с ним завтра?

— Он застрелится.

— Что будет потом?

— Он проживет долгую счастливую жизнь.

— Когда он умрет?

— Темно...

— Где?

— На Рижском взморье.

— Он утонет?

тиницу, которая была одной из лучших в нашем городе.

Сергей заказал ужин в номер, и мы поднялись наверх. В тихом, уютном

но, увидев, что Сергей улыбается, я подумал, что он шутит, и не придавал этому значения.

На следующий день я пришел в гостиницу и узнал, что Сергей переехал в другой номер, потому что в его комнате обвалился по-

Письма наших читателей

ПРЕДЧУВСТВИЯ ЕГО НЕ ОБМАНУЛИ



номере стояли кровать, тумбочка с телевизором, стол и два стула. Мы поговорили до полуночи, нашу беседу прервал комендант, попросивший меня покинуть помещение. Я, конечно, повозмущался для приличия, но правила нарушать не стал и сказал Сергею: — Завтра я приду к тебе после работы.

А он серьезно ответил:

— Но не в этот номер. Я утром перейду в другой, тут отвалится штукатурка с потолка!

От его слов я сразу протрезвел. В голове зароились всякие мысли,

толок... Моему удивлению не было предела.

И вот недавно я прочитал одну статью в старом журнале «Знание — сила». Там рассказывалось о некоем американском журналисте Эдуарде Сэмсоне, который 29 августа 1893 г. задремал на продавленном диване в одной из комнат редакции. Проспав 7 часов, он встал и попытался стряхнуть с себя чудовищный кошмар, пережитый во сне. Будучи не в силах избавиться от страшного сновидения, Сэмсон решил написать о нем. Он рассказал, как тысячи обезумевших от ужаса туземцев с острова близ Явы бежали к морю, спасаясь от потока лавы, извергаемой вулканом позади них, как гигантские волны швыряли корабли, наконец, о потрясающем взрыве, уничтожившем остров и оставившем от не-

го только огнедышащий кратер среди пенящегося моря. Сэмсон нацарапал на полях своих записок «Важно» и, уходя, оставил листки на столе. Утром явился редактор. Естественно, он предположил, что Сэмсон принял это ночью по телеграфу, и опубликовал «сообщение» целиком, снабдив звонкой шапкой. Статья разошлась по всем газетам, и вскоре вся страна читала об этой трагедии. Но... сведения не подтвердились. Сэмсона уволили. Через несколько дней весь мир был потрясен известием об извержении вулкана на одном из островов близ Явы. Погибло множество людей, были уничтожены лодки, дома туземцев, ужасный взрыв разрушил и сам остров. Сэмсона оправдали и восстановили в должности.

Как же объяснить предчувствия Сергея и Эдуарда Сэмсона? Значит ли это, что все действительные события как-то связаны с людьми, их предугадавшими? К сожалению, мы, как правило, не обращаем внимания на такие предупреждения, а ведь если бы мы прислушивались к ним, то многих трагедий удалось бы избежать или хотя бы свести к минимуму их последствия.

Андрей МАРКОВ,
г. Липецк

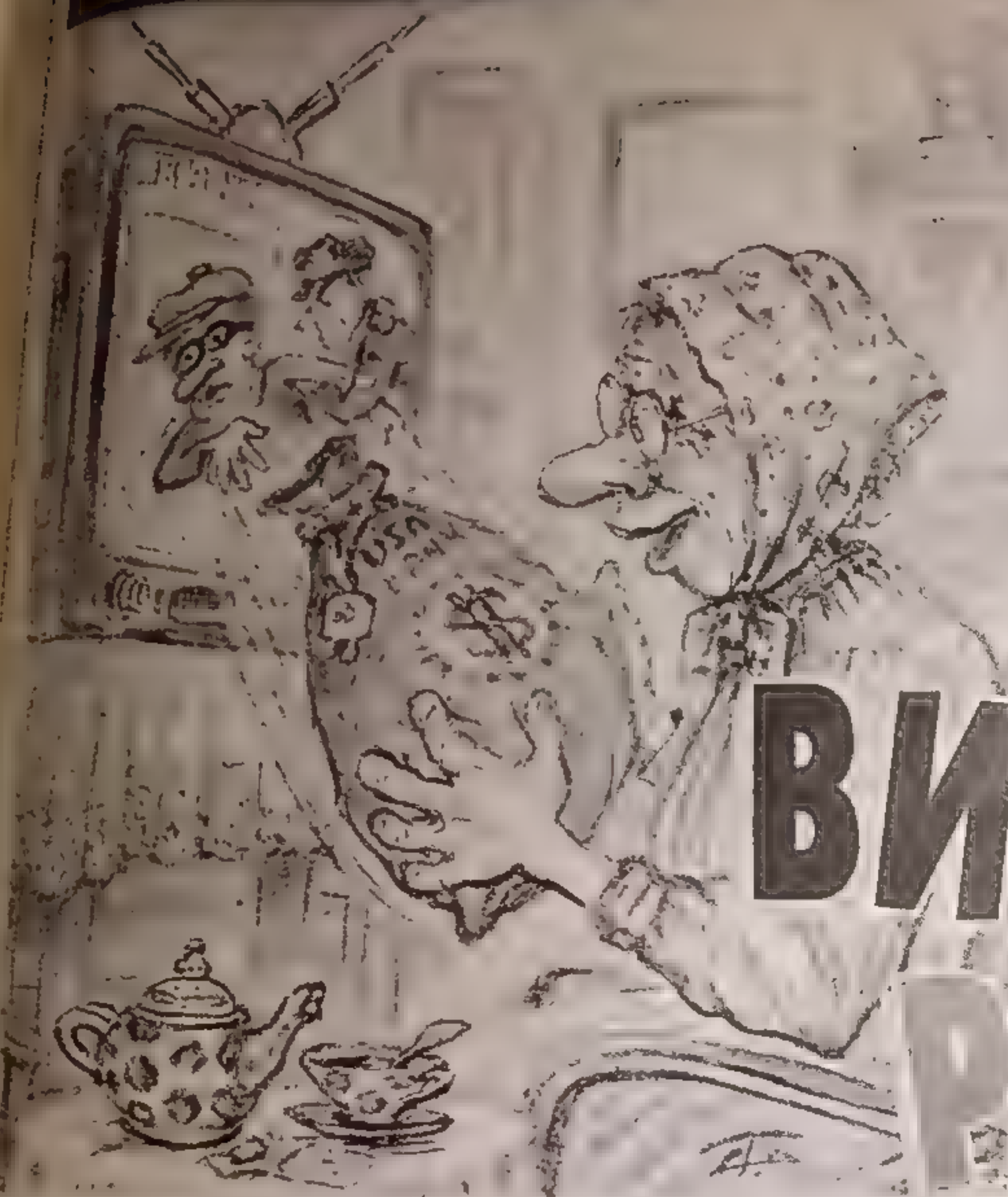
В нашей школе учился мальчик, звали его Сергеем (фамилию называть не буду по понятным причинам). Ничего необычного в его поведении не было, пока не случилось следующее. Мы на уроке слушали рассказ новой учительницы истории Антонины Петровны о взятии Москвы Наполеоном. Неожиданно Сергей, словно во сне, встал и произнес: «Завтра пожара не случится!»

Учительница онемела, а ребята в классе засмеялись. Он же, как будто очнувшись, смотрел по сторонам и удивлялся. Антонина Петровна, решив, что Сергей хочет сорвать урок, начала возмущаться, но он, растерянно извинившись, сел на место.

Все забыли об этом происшествии, а на следующий день в здании школы едва не случился пожар: загорелось что-то в кабинете труда на первом этаже. Но удалось быстро вызвать пожарных, поэтому ничего страшного не произошло.

Через несколько лет мы встретились с Сергеем. Окончив школу, он уехал работать нефтяником в Тюменскую область, город Кагалым. Мы отправились к нему в гос-

УЛЫБНИТЕСЬ!



ВИРТУАЛЬНАЯ РЕАЛЬНОСТЬ

Бабу Веру за ее доброту любят все, кроме сына и дочери, которые не могут простить ей, что она ни в какую не хочет приватизировать свою малогабаритную однокомнатную квартиру. Баба Вера свое нежелание объясняет просто:

— Ежели я квартиру приватизирую, дети будут ждать моей смерти. Не хочу их в грех вводить. А так они ко мне искренне относятся.

Дети действительно относились искренне: не только не навещали мамашу, но даже и не звонили ей. Баба Вера на них не обижалась:

— Сейчас все стали сумасшедшие: бегут, бегут, остановиться не могут, видать, к концу света торопятся. А мне от них ничего не надо, на свою пенсию проживу, да и телевизор у меня как-никак еще работает. Вот досмотрю «Санта-Барбару» и помирать можно.

Как-то пошла баба Вера за хлебом. Идет обратно, глядит, на углу

Баба Вера засмеялась: — Иди-ка ты, архангел мой, в магазинчик за углом, там как раз булочки свежие продают по 5 рублей. Покушаешь, так и мозги сразу на место встанут!

И пошла себе домой, потому что «Санта-Барбара» уже началась. Уселась в старенькое кресло, телевизор включила и чашечку чая налила. А в это время главный герой Сиси подошел к столу и тоже налил себе что-то из бутылки. И вдруг бабе Вере неудержимо захотелось попробовать то, что они там постоянно пьют! Остатки чая в блюдечко выплеснула, протянула чашку к экрану и говорит Сиси:

— Ну-ка плескани и мне чуток, для пробы.

Сиси повернулся к ней и набулькала ей прямо с экрана полчашки, а затем опять продолжил в свой кинофильм играть. Баба Вера сделала глоток, а это виски! У нее аж дыхание перехватило! После этого все и началось. Рекламируют, скажем, кофе. Баба Вера шасть рукой в экран и ба-

время застолья у артистов больше ничего не трогала: дурят они народ, но, видать, не со зла, а по роду деятельности. После этого случая баба Вера старалась иметь дело только с рекламой или с такими передачами, где продукты натуральные.

В нашем дворе шило в мешке уж точно не утаишь, и скоро слух о чуде разнесся по всей округе, а от соседей и дети бабы Веры об этом прознали. И тут оказалось, что у нее не только сын и дочь, но еще два внука-жениха от дочери и две внучки-невесты от сына. Все они ее очень любят и никогда не забывают, да со временем сложности — заскочить некогда. Теперь же стали они каждую неделю к бабке навещаться: то им рыбка белая нужна, то икра черная. Бабушка — душа

то огнестрельное! Стражи порядка первым делом спросили: «Кто стрелял?», а крутой отвечает: «Гангстеры в телевизоре с полицейскими разбирались и меня зацепили!» Впервые в судебной практике без всякой медкомиссии амбала в дурдом отправили — малость головку подлечить. Баба Вера тем временем фильм дальше смотрела. Гангстерам деваться уже было некуда, обложили их полицейские со всех сторон, вот-вот возьмут с поличным. Тогда один из них — видать, главарь — кинул ей в телевизор саквояж с деньгами и крикнул:

— Сохрани! Срок отсидим, вернешь!

А полицейские машины их уже окружили, копы наручники на всех

позащелкивали, тут и фильму конец. Баба Вера саквояж раскрыла, а он сверху донизу набит деньгами, которых она сроду не видела. Перепугалась старушка: куда их девать? Подняла подушку кресла, выложила пачки аккуратненько, сверху снова подушку водрузила и уселась на деньгах телевизор смотреть. Тут реклама пошла, какую-то колбасу показывали. Баба Вера хотела, как всегда, кусочек позаимствовать, протянула руку и наткнулась на стекло. Поняла она, что чудо закончилось и вернуть деньги грабителям невозможно.

Всю ночь старушка уснуть не могла, думала, что теперь с деньгами делать. Утром взяла баба Вера одну купюру с цифрой 100 и в банк отправилась, подошла к окошку, спрашивает:

— Не подскажите, что это такое? — 100 долларов. Хотите, на рубль поменяем?

— Что ж, 100 рублей дадите? — спрашивает баба Вера, а сама прикидывает, куда такую кучу денег девать.

— Зачем 100? 3 тысячи.

Бабке чуть плохо не стало. Бросилась она домой и начала доллары считать. Несколько раз сбивалась, но в конце концов справилась. Оказалось около 700 тысяч! Только тут до бабы Веры дошло, как она разбогатела. А скоро и свадьбы пошли одна за другой: то внук женится, то внучка замуж выходит. Бабка на всех торжествах первый гость, почетнее свадебного генерала, потому что молодоженам деньги сразу дарит не только на квартиру, но и на всю обстановку. Сыну с дочерью она тоже по кругленькой сумме отвалила, ведь нынче свадьбы-то в копеечку влетают. Отложила себе немного на черный день и на похороны, чтобы смерть ее никому в тягость не была, а все остальное в храм отнесла. Там она отдала деньги священнику и попросила поминать ежедневно того нищего, который ей такое богатство подарил, да еще сказала, чтобы поминали до тех пор, пока она жива. Батюшка внимательно на нее посмотрел и спрашивает:

— И сколько же годков ты, бабуля, собираешься радовать нас своим присутствием на этом свете?

— Да вот досмотрю «Санта-Барбару» и на покой отправлюсь. Святой отец задумался, а потом говорит:

— Ты что, бабуля, решила жить вечно или шутишь? Этот фильм закончится с концом света!

Остановились на трех годах ежедневных поминовений, потому что этого для любого человека более чем достаточно. Теперь баба Вера ходит гордая и всем объясняет, какие у нее хорошие дети и внуки: любят ее не за квартиру, а искренне, и никто не желает ей смерти.

Николай КУЗНЕЦОВ

... как всё запущено!!!

рую, дети будут ждаты моей смерти. Не хочу их в грех вводить. А так они ко мне искренне относятся.

Дети действительно относились искренне: не только не навещали мамашу, но даже и не звонили ей. Баба Вера на них не обижалась:

— Сейчас все стали сумасшедшими, бегут, бегут, остановиться не могут, а мне от них ничего не надо, на свою пенсию проживу, да и телевизор у меня как-никак еще работает. Вот досмотрю «Санта-Барбару» и помирать можно.

Как-то пошла баба Вера за хлебом. Идет обратно, глядит, на углу дома седой нищий стоит, а народ мимо проходит и в упор его не видит. Достала баба Вера кошелек, деньги пересчитала, оказалось ровно 10 рублей. Оставила себе 5, а 5 нищему подала, решив, что два дня до пенсии как-нибудь протянет. Нищий говорит:

— Дай Бог тебе здоровья и долгих лет жизни, а я за тебя на небесах словечко замолвлю.

чай налила. А в это время Главный герой Сиси подошел к столу и тоже налил себе что-то из бутылки. И вдруг бабе Вере неудержимо захотелось попробовать то, что они там постоянно пьют! Остатки чая в блюдечко выплеснула, протянула чашку к экрану и говорит Сиси:

— Ну-ка плескани и мне чуток, для пробы.

Сиси повернулся к ней и набулькала ей прямо с экрана полчашки, а затем опять продолжил в свой кинофильм играть. Баба Вера сделала глоток, а это виски! У нее аж дыхание перехватило! После этого все и началось. Рекламируют, скажем, кофе. Баба Вера шасть рукой в экран и баночку кофе себе забирает. Ежели чего вкусенького душа пожелает, она с любого стола, из какой хочешь передачи что угодно прихватит. С ней даже как-то казус случился. Шел новогодний «Огонек», на столах в вазах виноград лежал. Баба Вера гроздь покрупнее приглядела и себе забрала, а он из папье-маше оказался! Посмеялась она сама над собой, но во

Усадили они бабу в кресло, сами с двух сторон пристроились и телевизор включили. Там как раз шел американский кинофильм про грабителей, которые теперь спасались в автомобиле от погони. Крутые как увидели у них саквояж с деньгами, в один голос заорали:

— Хватай, старая, у них этот кошелек, не то придушим, как курицу!

Бандиты услышали, какая беда грозит бабе Вере, машину притормозили, выхватили пистолеты и открыли пальбу по амбалам. Одного из крутых гангстеры даже в руку ранили. Амбалы быстрее лифта с восьмого этажа по лестнице скатились, а в поликлинике сразу милицию вызвали — ранение.

Милиционер потерявшейся в магазине девочке:

- Почему ты плачешь?
- Я родите-е-лей потеряла!
- А как их зовут?
- Лапочка и Котик.

Едет Добрыня Никитич по лесу. Вдруг развилка, на ней камень, а на камне написано: «Налево пойдешь — коня потеряешь, направо пойдешь — самому убиту быть». Повернул он налево. Через некоторое время конь говорит:

— Добрынюшка, а может, ты дальше один пойдешь?



С зубом хитрости дела у Дедова пошли в гору. Любого объегорит на ровном месте, кого хочешь оставит в

сочек позимствовать, протянула руку и наткнулась на стекло. Поняла она, что чудо закончилось и вернуть деньги грабителям невозможно.

Всю ночь старушка уснуть не могла, думала, что теперь с деньгами делать. Утром взяла баба Вера одну купюру с цифрой 100 и в банк отправилась, подошла к окошку, спрашивает:

— Не подскажите, что это такое?
— 100 долларов. Хотите, на рубли поменяем?



Николай КУЗНЕЦОВ

... как всё запущено!!!

Звонок в реанимационное отделение:
— Алло! Реанимация?! Скажите, гражданин Иванов у вас там лежит? Он как жив еще?
— Нет еще...

В музее:

- Вот это Минерва.
- А вот тот, рядом с ней, — это ее муж?
- Нет, у нее не было мужа. Она была богиней мудрости.

АНЕКДОТЫ

Пусть голова моя пуста,
но мне ли глупости бояться?
Зубами прикусив уста,
легко за умного сказать!



у нас Дедов умный! За советами приходите: стоит ли покупать участок на Марсе и будут ли там цвести белый налив, шафран и крыжовник? Дедов участки брать советовал, так как после всех скандальных АО садоводство на Марсе — явление безобидное. Инвесторы к Дедову обращались, спрашивали, можно ли вкладывать «бабки» в экономику 1/8 части суши.

— Нужно, — твердо говорил инвесторам Дедов. — А фиг ли бы их не вкладывать, если скоро вся стра-

ЛИШИНИЕ ЗУБЫ

У Дедова начали расти новые зубы. Во рту, разумеется. Первым вылез на свет Божий зуб мудрости. Дурацкое дело не хитрое, а свободное место у Дедова во рту имелось благодаря прошлым дракам, кариесу и прочим недоразумениям. И как только зуб мудрости у Дедова вылез, все его сразу зауважали: ты смотри, какой

на зароеет свои кровные в неведомый марсезем!

Слава Богу, зуб мудрости у Дедова во рту недолго торчал — выжили. То ли садоводы, то ли адвокаты инвесторов. Но тут же на его месте зуб хитрости вырос. Стоматологи о таком зубе даже не слышали. Это минус нашей стоматологии: зуб хитрости вырастает там, где зубу мудрости места нет!

дураках, несмотря на всю смекалку и выучку. Из самой аховой ситуации Дедов стал выходить не только сухим, но и немного выпившим, естественно, за чужой счет. Даже правительство не могло обхитрить хитрющего Дедова: не поддавался он их клятвенным заверениям, битью в грудь и прочим изуверским приемам. Денежки Дедов государству не доверял, а

декларации о доходах составлял так, что налоговая служба ему еще и доплачивала. Вскоре он начал приобретать марсианские участки через офшорные фирмы с такой скоростью, что даже крупные землевладельцы на это польстились и вскоре скупили у Дедова почти всю поверхность планеты Марс. Слава покорителям космической целины! Потом, правда, до некоторых дошло, что хитрый Дедов их надул по полной программе, и он лишился своего любимого зуба хитрости в авиакатастрофе, ответственность за которую никто на себя не взял: ни правительство, ни органы подавления предпринимательской деятельности,

ни марсе-владельцы.

После зуба хитрости во рту у Дедова произрастали разные зубы: зуб наглости, зуб лихости, зуб вредности, зуб подлости... И со всех своих нестандартных зубов Дедов имел определенную выгоду. Впрочем, он все равно потом их (и зубов, и выгоды) лишился. Опять же разными насильственными путями.

Лично я не имею к Дедову ни малейшего отношения! А тот участок на Марсе, что он мне уступил за бесценок, я апортом и антоновкой насилловать не намерен. Мне кажется, что яблони на Марсе не приживутся. Я его картофелем засажу, а осенью увижу, что из этого выйдет. По-моему, должно получиться...

Александр КОСТЮШИН

Когда смотришь на зловещие африканские маски и позолоченные статуэтки богов, кажется, что находишься в древнем храме. Здесь время как бы остановилось, застыло где-то в далеком прошлом. И трудно поверить, что мы не в далекой экзотической стране, а в самом центре Москвы, на Никитском бульваре, в Государственном музее искусства народов Востока...

Вскоре после Октябрьской революции в Москве был создан Музей искусства Азии, впоследствии переименованный в Государственный музей искусства народов Востока. В числе первых экспонатов были старинные ковры, картины, скульптуры и другие предметы культуры из союзных республик, а позднее из стран Африки и Азии. Самые ранние музейные коллекции представляют собой декоративно-прикладное искусство Средней Азии и Казахстана XVIII-XIX вв. Большинство экспонатов привозили сотрудники из экспедиций, нередко приобретая их с рук у местного населения. Среди них, например, роскошные ковры и вышивки с причудливым рисунком, который, согласно поверьям, обладает магическими свойствами. Декоративными вышивками сузани в XIX в. украшали комнату и постель новобрачных, считалось, что они охраняют от сглаза и исцеляют от бесплодия. Почти все подобные изделия выполнены в красных тонах — это огненная символика, восходящая к древним доисламским культам. Во многих районах Средней Азии издавна существовал обряд красного цветка. Юные

тол шапки с ножнами из алого бархата и серебра, инкрустированные бирюзой — этот камень якобы мог исцелять болезни, охранять от несчастий и приносить войнам победу.

Иранская коллекция музея представлена очень древними произведениями искусства и насчитывает около 2 тыс. экспонатов — керамика, изделия из бронзы и металла, монеты, произведения живописи.

Вьетнамская коллекция музея комплектовалась с 1960-х гг. и ныне насчитывает около 750 экспонатов. В коллекцию входит немало скульптурных композиций буддийского пантеона, в которых боль-

шой Азии — Мьянмы, Лаоса, Камбоджи, Таиланда. Культурные мотивы присутствуют повсюду. Один из экспонатов, привезенный из Камбоджи, — ритуальный сосуд XV в. в виде раковины. Согласно легенде, звуки раковины способны отгонять злых духов. В центре орнамента, опоясывающего широкую часть сосуда, — божество-охранитель Хеваджра, четвероногое и шестнадцатипутое. Другая скульптура, Круг, — существо с человеческим туловищем, узкими крыльями, орлиными лапами и птичьей головой.

В музее хранится и несколько кожаных кукол театра ваянг, популярного на Яве и Бали. Там ритуально-магические действия связаны с древним культовым обрядом инициации. Куклы участвовали в ритуале, проводимом жрецом-кукловодом далангом, разыгрывая сцены из племенных мифов. Отбрасываемые ими тени отождествлялись с духами божеств, вызванными из потустороннего мира.

Самая колоритная из магических кукол — всесильное божество Семар, дух которого способен воплощаться во всех элементах Вселенной и возвращать к жизни мертвых. Семару 4 тыс. лет, он сотворил самых первых людей на Яве. Божество обитает в пещере на плато Динг, куда приходят паломники, дабы поклониться его духу и получить от него наставления. Говорят, некоторые из них слышали голос самого Семара, а кое-кто даже видел его собственными глазами...

Облик куклы довольно устрашающий: уродливая белая голова с узкими глазами и выступающей вперед челюстью, черное шарообразное тело без признаков пола, что свидетельствует о магической силе, темное одеяние. Но все это не мешает божеству стоять на страже справедливости. На лбу куклы — символ в виде маленькой короны, указывающий на могущество Семара. Ему якобы подчиняются даже высшие индуистские божества...

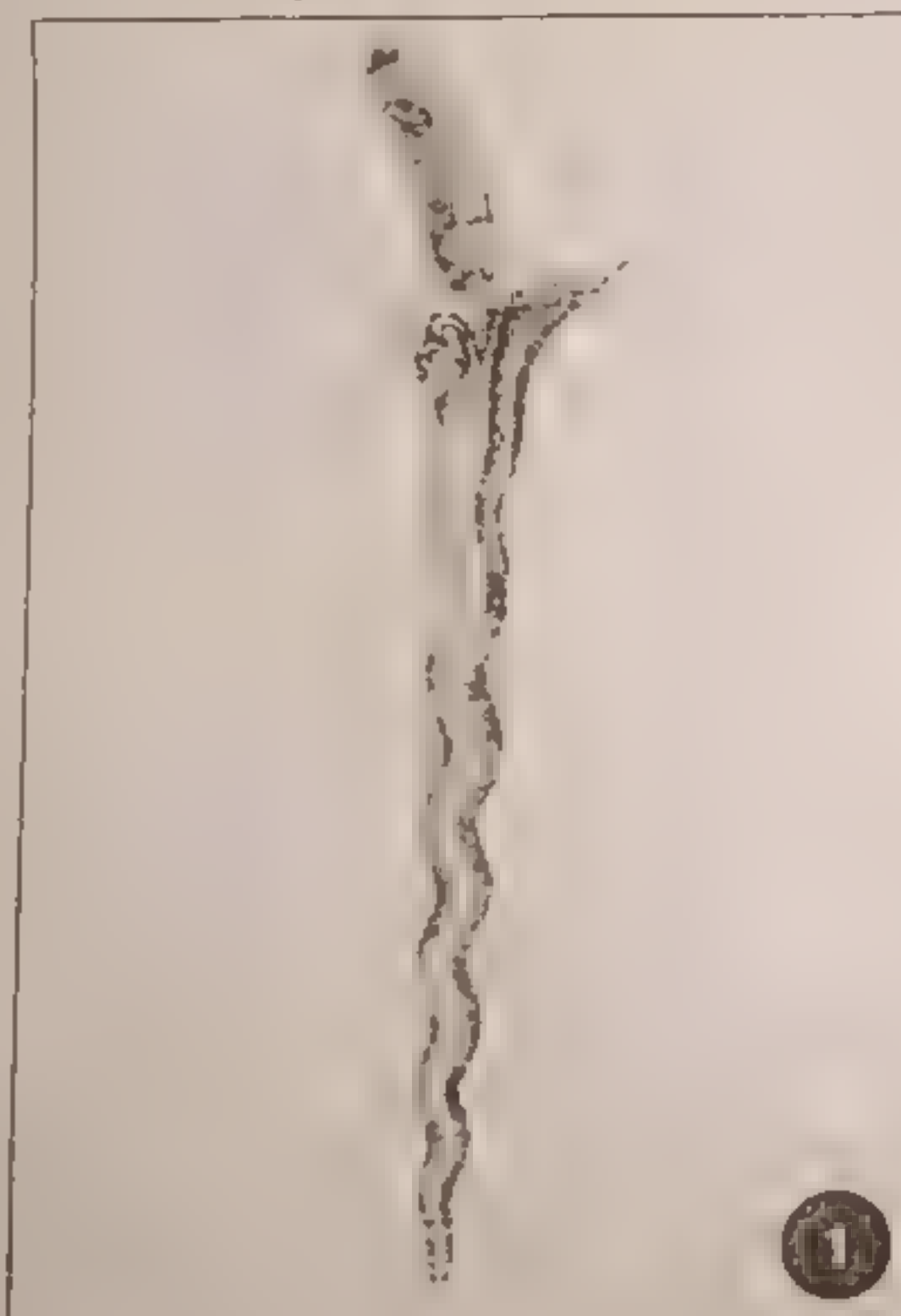
Ритуальную роль играли и батик — хлопчатобумажные ткани, покрытые узорами, используемые индонезийцами в качестве одеяний, а также покрывал, скатертей, настенных ковров и салфеток. По преданию, одежды из батика носила богиня Деви Шри — покровительница яванского народа. Поэтому яванцы считали ткани, украшенные особыми символическими узорами, предметами культа, олицетворяющими предков по женской линии.

Батики надевали в момент рождения, свадьбы, кончины или иного важного события. Орнамент в виде куста или растения — лунг — сулил плодородие. Узор в виде рыбьей чешуи — гринсинг — оберегал от болезней. Считалось, если болельщик завернуть в такой батик, он непременно выздоровеет.

Еще одна древняя традиция связана с национальным оружием индонезийцев — кинжалами-крисами. Клинки для крисов ковали жрецы, используя при этом многочисленные магические ритуалы и заклинания. В то же время будущий владелец криса должен был посвятить оружие

ОЖИВШИЕ МИФЫ

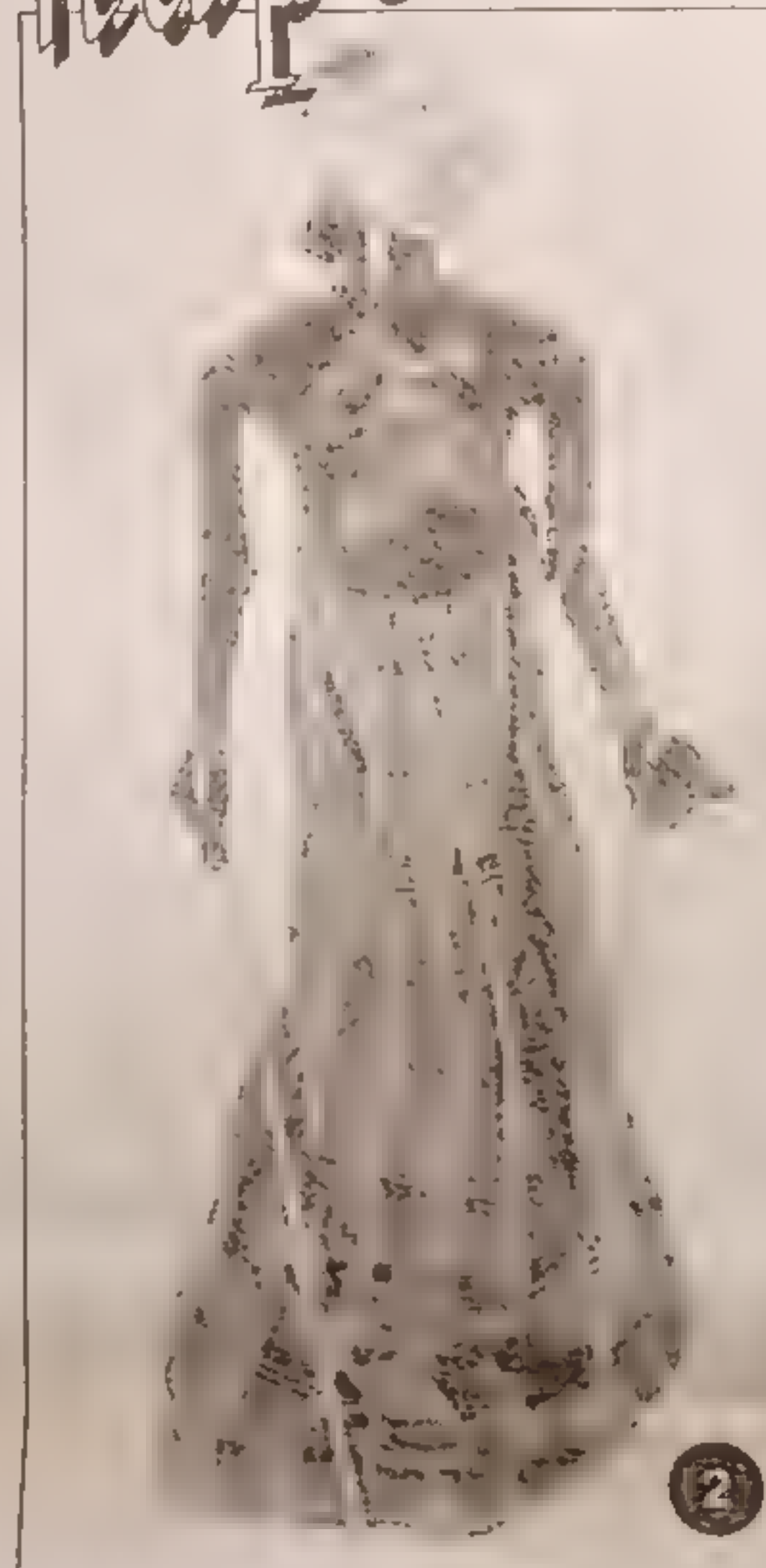
Музея искусства народов Востока



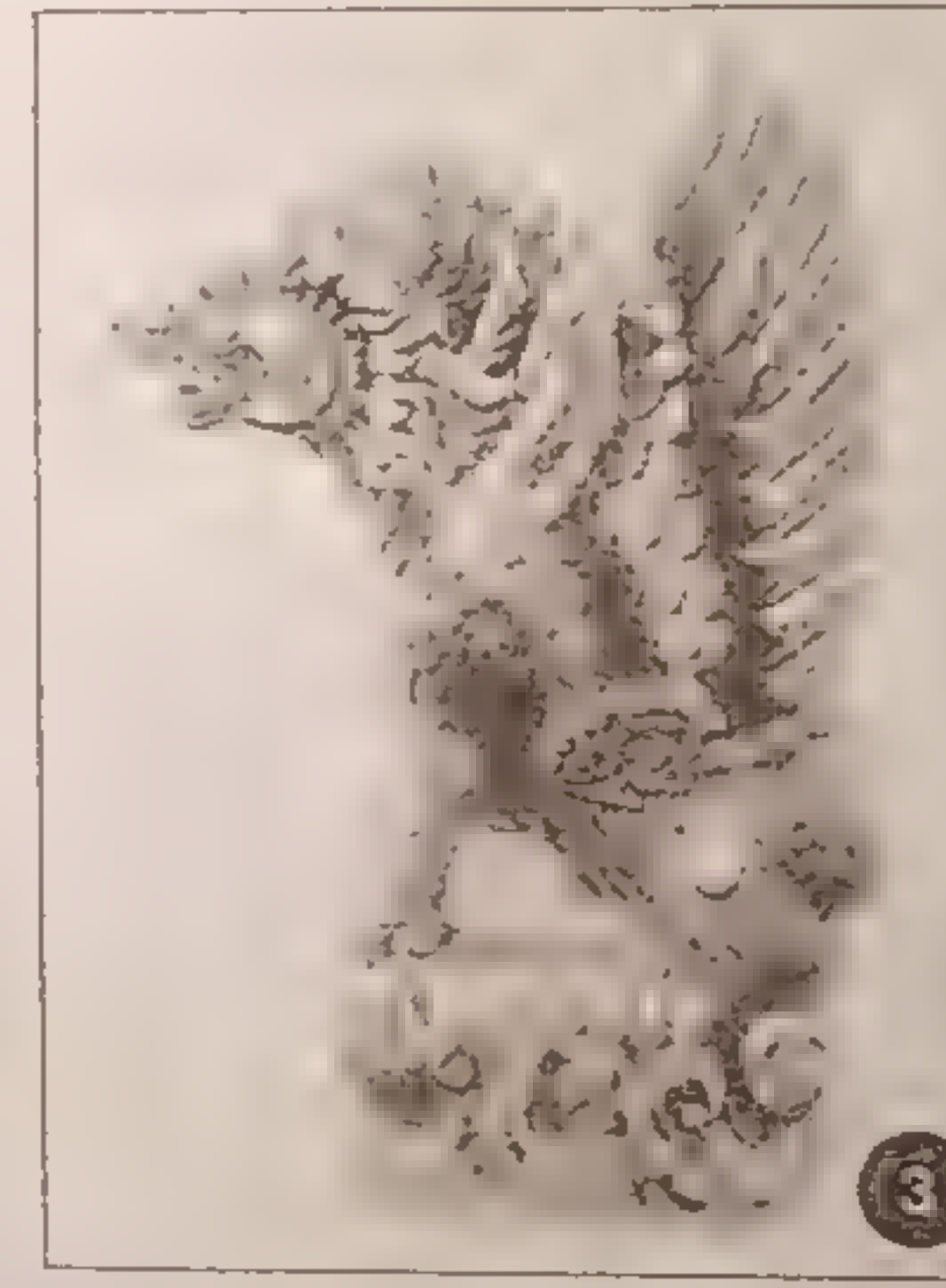
1



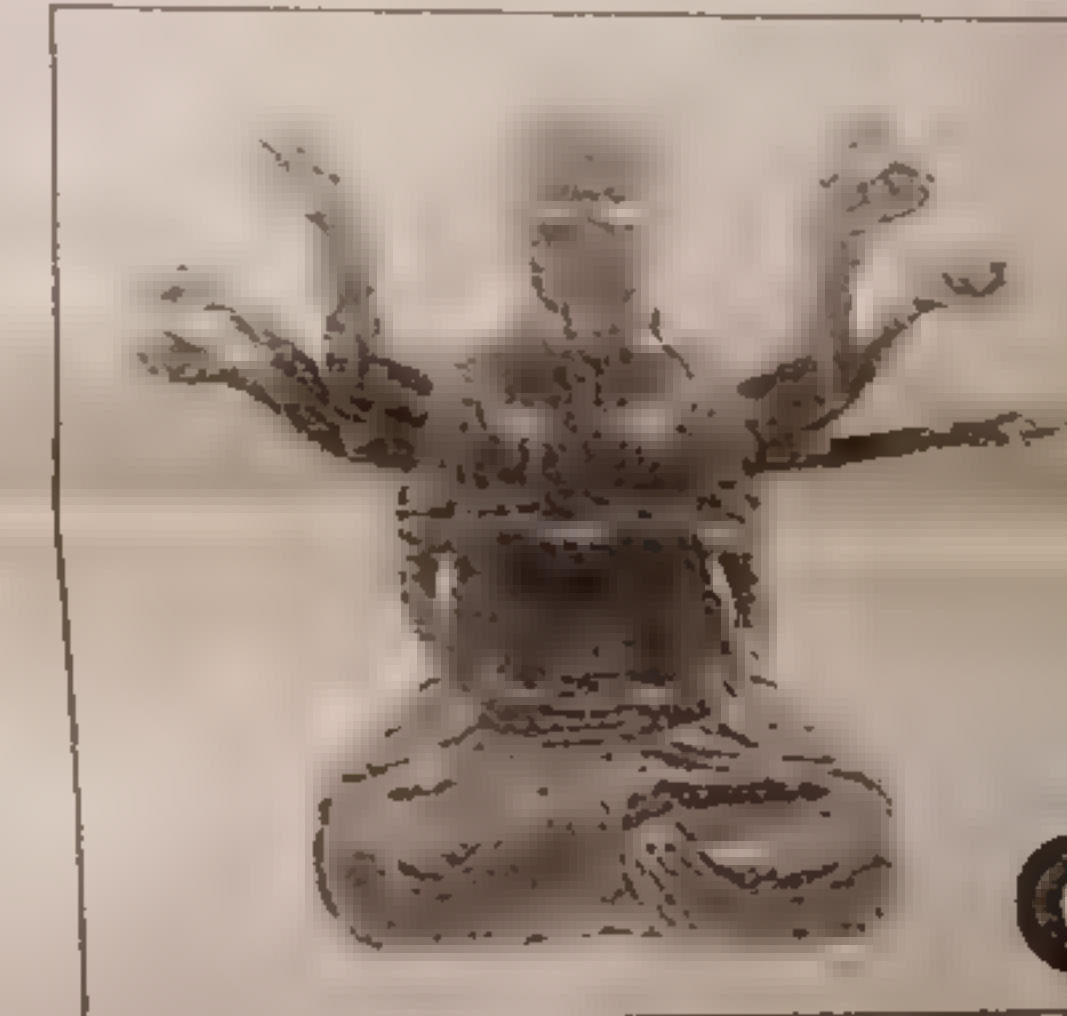
4



2



3



6



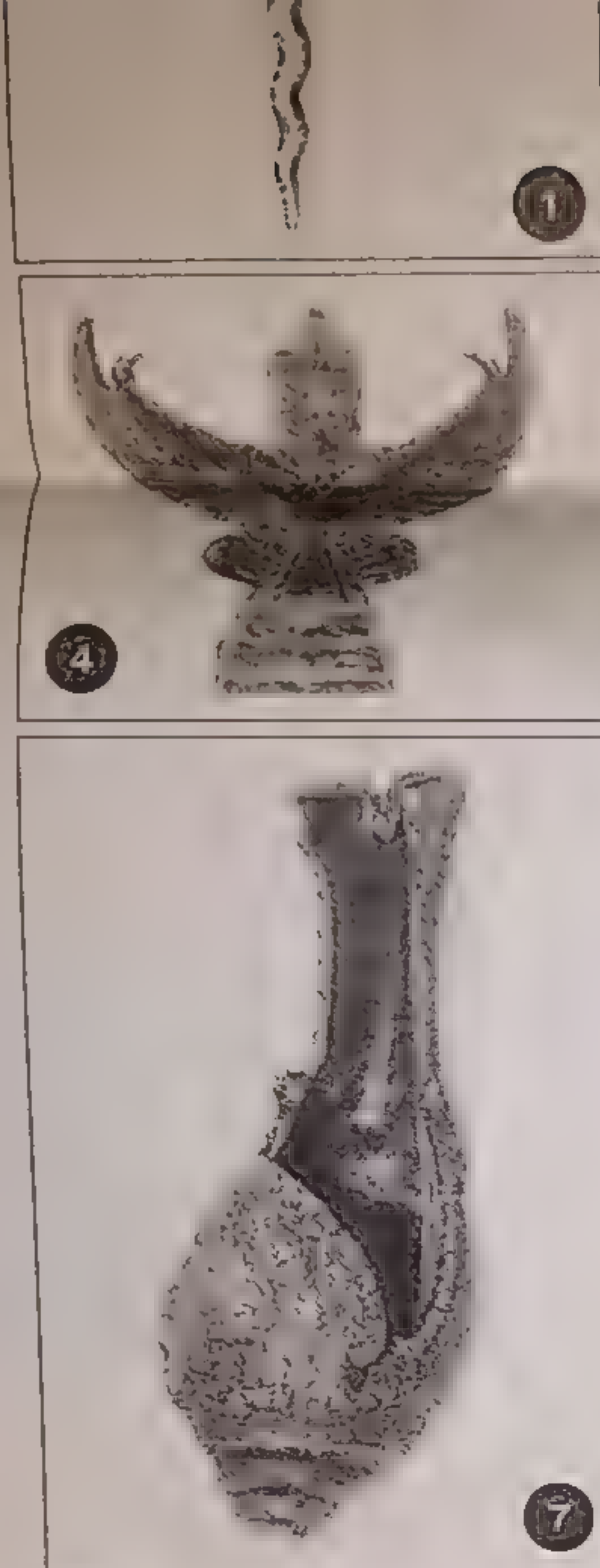
5

Большинство экспонатов приносили сотрудники из экспедиций, нередко приобретая их с рук у местного населения. Среди них, например, роскошные ковры и вышивки с причудливым рисунком, который, согласно поверьям, обладает магическими свойствами. Декоративными вышивками сузани в XIX в. украшали комнату и постель новобрачных, считалось, что они охраняют от сглаза и исцеляют от бесплодия. Почти все подобные изделия выполнены в красных тонах — это огненная символика, восходящая к древним доисламским культам. Во многих районах Средней Азии издавна существовал обряд красного цветка. Юные девушки по весне собирали алые тюльпаны и маки. Легенды говорят, что они олицетворяют кровь убитого бога солнца, выступающую на поверхность земли...

Узоры на одежде тоже имеют свое значение. В музее хранятся образцы расшитых таджикских одеяний. Они украшены узорчатой тесьмой — джияк, которая считается магическим оберегом. Женщины-кочевницы носили одежду красного цвета, защищавшую их от злых духов. У туркмен невесту с головы до пят окутывали халатом из тонкого алого сукна с черно-белым треугольным орнаментом — дога. Такие треугольники заменяли серебряные амулеты от сглаза, которые в состоятельных семьях было принято пришивать к платью. У памирских таджиков во время свадебных церемоний лицо невесте закрывали руибандом — домотканым покрывалом с сеткой для глаз, на котором были вышиты мифические сюжеты — древо жизни, красные петухи, символизирующие солнце, звезды, птицы. Этот узор оранжево-красно-синих тонов в народе называли «огненный цветок».

Женский наряд обязательно дополняли различные украшения — подвески, браслеты, перстни, талисманы, защищавшие от злых сил. Мастера-текинцы изготавливали украшения из сердолика. Этот камень с незапамятных времен считался волшебным — он оберегал от несчастных случаев, даровал счастье и покой. В музее можно увидеть и многочисленные обереги-дагданы в форме скарабеев, черепах, лягушек — их носили на груди девушки и молодые женщины. Юноши-джигиты отдавали предпочтение ок-яй — амулетам в виде лука и стрел.

Магический смысл имело и оружие. Среди музейных экспона-



Мистический оттенок приобрело в средневековом Иране искусство каллиграфии. Хранящийся в музейной коллекции трактат Казии Ахмада Куми (XVI в.) посвящен лучшим иранским мастерам-каллиграфам. В нем сказано, что искусство каллиграфии — это редкий дар, и, чтобы овладеть им, будущий мастер должен быть чист душой, ведь ему придется переписывать священные книги! Чтобы достичь просветления, необходимо было в течение долгого времени соблюдать определенные ритуалы.

Монгольская коллекция Музея искусства народов Востока — одна из крупнейших в странах СНГ.

Во многих экспонатах отражены различные темы буддийской мифологии. Так, одна из скульптур, выполненная из папье-маше, изображает ужасную демоницу Дакиню. Обнаженная женщина стоит на одной ноге, поднося ко рту чашу-череп, наполненную кровью. Наиболее редкие образцы монгольской живописи «нагтан» (рисунки на черном фоне) и «мартан» (на крас-

ную статуэтку Будды окружают фигурки поменьше — бодхисаттвы, ученики, отшельники-архаты, другие божества пониже рангом. Встречаются статуи Будды в образе младенца, в позе нирваны (он лежит на правом боку на ложе в форме поднимающегося из воды цветка лотоса, подложив руку под голову). Не менее популярна и бодхисаттва Куан-ам Тхиен Тху. Она известна еще и как Авалокинешвара. Одна из ее статуэток, выставленная в музее, вырезана из дерева, покрытого лаком и позолотой. Куан-ам изображена в виде двенадцатирукой женщины: одна пара рук сложена в молитвенном жесте, другая — в жесте созерцания, остальные руки держат различные атрибуты бодхисаттвы — музыкальные инструменты, чашу, сосуд с эликсиром бессмертия, глаз, магический алмаз.

Коллекция произведений искусства народов Индокитая начала формироваться в музее только в 1970-е гг. В экспозицию входят предметы культуры стран Юго-Вос-

Он известен еще и как Гаруда — повелитель птиц, на котором ездит бог Прах Норияй.

А вот большая напольная ваза из Мьянмы с изображением льва чингэ, по преданию, взявшего в жены дочь бенгальского короля. Статуи этого животного с львиным телом и драконьей головой устанавливаются перед буддийскими храмами, монастырями и дворцами для защиты от злых духов.

Индонезийская коллекция представлена искусством островов Ява, Бали и Суматра. Сформированная в 1950-е гг., экспозиция состоит всего из 600 с небольшим экспонатов, но среди них есть поистине уникальные, например магические жезлы жрецов Суматры, украшенные изображениями людей и животных. После проведения специальных ритуалов жрец благодаря сверхъестественному дару: отныне он был способен на расстоянии разить врагов, вызывать дождь, охранять свое племя от различных несчастий и темных сил.

являлись с членистыми конечностями особыми символическими узорами, предметами культа, олицетворяющими предков по женской линии. Батики надевали в момент рождения, свадьбы, кончины или иного важного события. Орнамент в виде куста или растения — лунг — сулил плодородие. Узор в виде рыбьей чешуи — гринсинг — оберегал от болезней. Считалось, если больного завернуть в такой батик, он непременно выздоровеет.

Еще одна древняя традиция связана с национальным оружием индонезийцев — кинжалами-крисами. Клинки для крисов ковали жрецы, используя при этом многочисленные магические ритуалы и заклинания. В то же время будущий владелец криса должен был посвятить оружие подношение из цветов и фимиама и помолиться о том, чтобы дух, которому предстоит вселиться в клинок, принес хозяину счастье и удачу.

В музее находятся и образцы полихромной индуистской скульптуры, распространенной на Бали в XIV–XIX вв. Среди них статуи демонических божеств — льва Синга, охраняющего священные места, злых духов бута, оборотней леяков. Как правило, внешне они очень безобразны, не имеют признаков пола, изображаются в весьма нелепых позах. Одна из самых выразительных — маска ведьмы Рангды, персонажа мистерии «Чалон Аранг». Впрочем, к помощи Рангды балийцы прибегают во время эпидемии, так как волшебная сила ведьмы способна исцелять болезни...

У каждого народа свои мифы и культы, и все они на протяжении столетий находили воплощение в искусстве, обретая новые черты, краски и выразительность. Они как будто становились живыми. А может, и впрямь по ночам в Музее искусства народов Востока мифические существа возрождаются и занимают свое место в невидимом и неведомом для нас сверхъестественном мире, чтобы незаметно влиять на людей?

Маргарита ТРОИЦЫНА

На фото:

1. Крис с изображением змеи Наги (Индонезия, о. Ява);
2. Семар. Кукла театра ваянг голек (Индонезия, о. Ява);
3. Лев Синга (Индонезия, о. Бали);
4. Крут (Камбоджа);
5. Будда-младенец (Вьетнам);
6. Куан-ам Тхиен Тху (Вьетнам);
7. Ритуальный сосуд в виде раковины (Камбоджа);
8. Ваза с изображением льва чингэ (Мьянма).

ере
одно
иен
е на
3 м
ой ре
по, ра
детям
«Сча
(Нарру А
Бред Анд
Мариса
рилась.
молодой
ми. И во
уверяет,
бы спас
ее новы
действи
«Сияни
(The Shini
жиссер Ст
Шелли Дю
Знамени
пера Стиве
этся прове
ном в отда
ших глазах
подтвержда
дуть с ум
дикой яр
такой са
жен и са



Слово «март» пришло к нам из Рима через Византию. Этот месяц был посвящен богу войны Марсу. Но планета Марс в астрологии связана с первоначалом и правит зодиакальным знаком Овен. В Древнем Риме до реформ Юлия Цезаря и на Руси с принятием христианства новый год начинался 1 марта. У древних персов начало года было приурочено ко дню весеннего равноденствия, также приходящегося на март. Нынешний новый год Оленя по древнеперсидскому календарю наступает 21 марта и является первым в новом 32-летнем цикле. Олень с золотыми рогами — символ гордости, восхождения на вершину. Этот год белого цвета, а белый, как известно, — цвет чистоты и непогрешимости. Он управляется самим Творцом Мира Ахура-Маздой, которому противопоставлен во Вселенной демон-разрушитель Ангро-Манью, а значит, этот год поставит нас перед нелегким выбором между Светом и Тьмой. Многие личности в этот год проявятся либо как творцы, либо как злодеи.

1 марта. Луна находится в знаке Весов, что говорит о бессознательном стремлении к справедливости и порядку. Хорошо начинать судебные процессы по восстановлению справедливости. Благоприятное время для подписания важных договоров и поступления на новую работу. Это время связано с исполнительностью, так что руководителям лучше держаться в тени.

2 марта. Старайтесь заниматься делами, которые требуют быстрого решения, а вот завершение важных жизненных циклов лучше перенести на другие дни. Этот выходной день лучше посвятить активному отдыху, желательно больше находиться на свежем воздухе.

3 марта. Сегодняшний выходной рекомендуется провести весело, радостно, постарайтесь себе и детям устроить настоящий празд-

ник. Показаны занятия спортом, укрепление физического тела. Хорошо дарить подарки, участвовать в проведении коллективных мероприятий.

4 марта. В отличие от предыдущего дня, сегодня не рекомендуется участвовать в увеселительных мероприятиях. Старайтесь не подписывать важных документов, не давать письменных обязательств. Вспомните о своих предках, о том, что было в прошлом, простите обиды своим близким.

5 марта. Лучшее время для того, чтобы рассчитаться с долгами. Показаны любые работы по металлу. Старайтесь ни в чем не сомневаться, не хитрить, бесстрашно добиваться своей цели, особенно в том случае, если вы уверены в своей правоте. Если вы на что-то решились, то следует идти до конца.

6 марта. Луна находится в знаке Стрельца, что вызывает бессознательное желание отличиться в социальной сфере, поучать других. Хорошее время для свадеб, переездов, перехода на другую работу, энергетического лечения. Следует больше прислушиваться к чужим советам: это поможет вам принять правильное решение.

7 марта. Лучше действовать резко и неожиданно. Не отказывайтесь от встреч, контактов и деловых переговоров. Старайтесь меньше находиться дома, благоприятны поездки и путешествия. Хорошее время для посещения бани.

На период 1.03 - 15.03

8 марта. Лунные ритмы заряжают слишком большой энергией, поэтому требуется адекватный выход в виде активной энергоотдачи. Рекомендуются занятия спортом на свежем воздухе. В противном случае негативный аспект между Солнцем и Плутоном может направить эту энергию по пути агрессии и конфронтации. Постарайтесь не давать выход негативным эмоциям, особенно по отношению к противоположному полу, и тогда у вас останутся хорошие воспоминания о прошедшем празднике.

9 марта. Не лучшее время для проведения праздников и увеселительных мероприятий, сексуальных контактов. Благоприятный день для ученых, конструкторов, астрологов. Позитивный аспект между Меркурием и Ураном обостряет интуицию, способствует легкому восприятию информации, внезапным творческим озарениям. Подтверждает это и Луна, входящая в знак Водолея.

10 марта. Все поездки и путешествия лучше перенести на другие дни. Следует отказаться от любых авантюрных проявлений. Советуем больше внимания уделять домашним делам, благоприятны любые работы по дому. Лучшее время для примирения, сглаживания возникших в прошлом противоречий, устранения недопониманий в личных отношениях. Рекомендуется проведение семейных праздников, постарайтесь уделить внимание детям.

11 марта. Благоприятное время для покупок, решения материальных и финансовых вопросов. Можно оформлять документы на приобретение недвижимости. Не рекомендуется участвовать в авантюрных и плохо продуманных делах. Хорошее время для командировок. Вечером можете пригласить гостей или сами отправиться в гости.

12 марта. Благоприятное время для поездок и путешествий. Рекомендуется больше контактировать с людьми, заводить новые знакомства, деловые связи. Негативный аспект между Венерой и Юпитером может сказаться на матери-

альных делах. Повышена вероятность возникновения неожиданных финансовых проблем, возможно обострение отношений с партнером. Женщинам не следует пользоваться косметикой.

13 марта. Сегодня, накануне новолуния, один из самых критических дней месяца. Откажитесь от любых начинаний. Старайтесь избегать принятия важных, стратегических решений. Лучше заниматься самыми простыми, обыденными делами. Луна находится в знаке Рыб — на подсознательном уровне может возникнуть интерес к оккультным вопросам, глубокой концентрации, медитации, но сегодня такие занятия могут разрушительно воздействовать на психику.

14 марта. Новолуние в знаке Рыб. Время, когда эмоции подчинены разуму. Повышается восприимчивость ко всем инфекционным заболеваниям. Следует быть особенно внимательными при ходьбе, возможны травмы стопы и голеностопного сустава. Не рекомендуется пить много жидкости, желательно воздержаться от употребления спиртных напитков. Операции на печени лучше перенести на другой день. Старайтесь ограничить применение лекарственных препаратов.

15 марта. Один из лучших дней для завершения прежних дел. Хорошо избавляться от старых вещей, от всего лишнего. К решениям, принятым сегодня, следует относиться с большой серьезностью. Не рекомендуется заниматься стиркой и уборкой помещения. Позитивный аспект между Юпитером и Меркурием может благоприятно сказаться на процессе образования и обучения. Хорошее время для студентов, преподавателей, журналистов.

«Счастливые случаи»

(Happy Accidents), США, 2000, 110 мин. Режиссер Брайан Андерсон. В ролях: Винсент Де Онофрио, Мариса Томай. Фантастическая комедия.

Очаровательной Руби чертовски не везет с мужчинами. Но именно тогда.

ВИДЕОСАЛОН

«Планета обезьян»



ЗАЗЕРКАЛЬЯ

«Щупальца-2»

(Octopus-II), США, 2001, 91 мин. Режиссер Йосси Вейн. В ролях: Майкл Рэйлли Берк, Мереди Мортон. Фильм-катастрофа.

Еще одна вариация на тему легендарных Чужих. На этот раз бесчинствует крошечный гигантский спрут. Действие происходит на

перенести на другие дни. Этот выходной день лучше посвятить активному отдыху, желательно больше находиться на свежем воздухе.

3 марта. Сегодняшний выходной рекомендуется провести весело, радостно, постарайтесь себе и детям устроить настоящий праздник.

7 марта. Лучше действовать резко и неожиданно. Не отказывайтесь от встреч, контактов и деловых переговоров. Старайтесь меньше находиться дома, благоприятны поездки и путешествия. Хорошее время для посещения бани.

пект между Солнцем и Плутоном может направить эту энергию по пути агрессии и конфронтации. Постарайтесь не давать выход негативным эмоциям, особенно по отношению к противоположному полу, и тогда у вас останутся хорошие воспоминания о прошедшем празднике.

12 марта. Благоприятное время для поездок и путешествий. Рекомендуется больше контактировать с людьми, заводить новые знакомства, деловые связи. Негативный аспект между Венерой и Юпитером может сказаться на матери-

альности. Не рекомендуется заниматься стиркой и уборкой помещения. Позитивный аспект между Юпитером и Меркурием может благоприятно сказаться на процессе образования и обучения. Хорошее время для студентов, преподавателей, журналистов.

«Счастливые случаи»

(Happy Accidents), США, 2000, 110 мин. Режиссер Брэд Андерсон. В ролях: Винсент Де Онофрио, Мариса Томай. Фантастическая комедия.



Очаровательной Руби чертовски не везет с мужчинами. Но именно тогда, когда вера в сильную половину человечества и возможность серьезных отношений окончательно испарилась, появился он — рассеянный и чудаковатый молодой человек с несколько странными манерами. И все бы хорошо, если бы не один нюанс. Сэм уверяет, что прибыл из двадцать пятого века, чтобы спасти жизнь Руби! Руби в смятении: кто же он, ее новый возлюбленный, — душевнобольной или действительно спаситель из будущего?

«Сияние»

(The Shining), Великобритания, 1980, 146 мин. Режиссер Стэнли Кубрик. В ролях: Джек Николсон, Шелли Дювалл, Дэнни Ллойд. Мистический триллер.

Знаменитая экранизация одноименного бестселлера Стивена Кинга. Писатель (Николсон) соглашается провести зиму вместе со своими женой и сыном в отдаленном и отрезанном от мира горном курортном отеле в роли сторожа.



Оказывается, с этим местом связана таинственная и жуткая история: все сторожа до писателя убивали членов своей семьи и самих себя, а сам отель, по слухам, населен призраками. По мере развития сюжета на наших глазах нечто потустороннее постепенно подтачивает разум писателя, и он начинает сходиться с ума, испытывая приступы необузданной, дикой ярости. Режиссер показывает все это с такой силой, что ужас испытывают не только жена и сын писателя, но и зрители.

ВИДЕОСАЛОН

ЗАЗЕРКАЛЬЯ

«Планета обезьян»

(Planet of the Apes), США, 2001, 119 мин. Режиссер Тим Бертон. В ролях: Марк Уолберг, Тим Рот, Хелена Бонэм-Картер. Фантастический боевик.



2029 год. На гигантской космической станции астронавт Лео Дэвидсон обучает обезьян управлять летательными аппаратами. Неожиданно один из его учеников теряет контроль над космолетом, и его уносит в еще не изученную область пространственно-временных туннелей. Не раздумывая ни секунды, Лео бросается на выручку шимпанзе, но его постигает та же участь. Пройдя сквозь туннель, он совершает скачок во времени и попадает на неизвестную планету, где цивилизация воинствующих обезьян превратила людей в своих рабов. Оказавшись в плену у обезьян, Лео пытается отстоять права человечества на свободу. Но как могут вооруженные палками люди сопротивляться закованному в доспехи злобным гориллам-убийцам? Единственный шанс выжить и победить — это добраться до скрывающейся страшную тайну происхождения обезьян запретной зоны.

«Золотой глаз»

(Golden Eye), США-Великобритания, 1995, 130 мин. Режиссер Мартин Кэмпбелл. В ролях: Пирс Броснан, Шон Бин, Изабелла Скорупк. Фантастический боевик.



Фильм 19-й Бондианы оказался более чем успешным (только в США и Канаде он собрал в прокате 106,4 млн. долларов) и вновь породил интерес к этому суперзнаменитому шпионскому киносериалу. В картине много приятных неожиданностей. Скажите, вы видели поезд, превращающийся в подводную лодку? А стремительно несущийся по Невскому проспекту конный памятник? А Джеймса Бонда, залетающего в свободном падении в кабину пустого самолета и успевающего вырваться из пропасти? Новые времена — новые технологии — новый герой. Пирс Броснан убедительно доказал, что является достойным преемником Шона Коннери и Роджера Мура.

«Щупальца-2»

(Octopus-2), США, 2001, 91 мин. Режиссер Йосси Вейн. В ролях: Майкл Рэйлли Берк, Меридит Мортон. Фильм-катастрофа.

Еще одна вариация на тему легендарных «Челюстей». На этот раз бесчинствует кровожадный



гигантский спрут. Действие происходит на побережье Нью-Йорка накануне Дня независимости, в честь которого готовится большой водный праздник. Стараясь избежать паники, городские власти скрывают, что в последнее время на пристанях и в воде таинственным образом гибнут люди. И тогда на свои страхи и риск начинают действовать шеф отряда береговой полиции и скромная служащая мэрии.

«Призрачная цель»

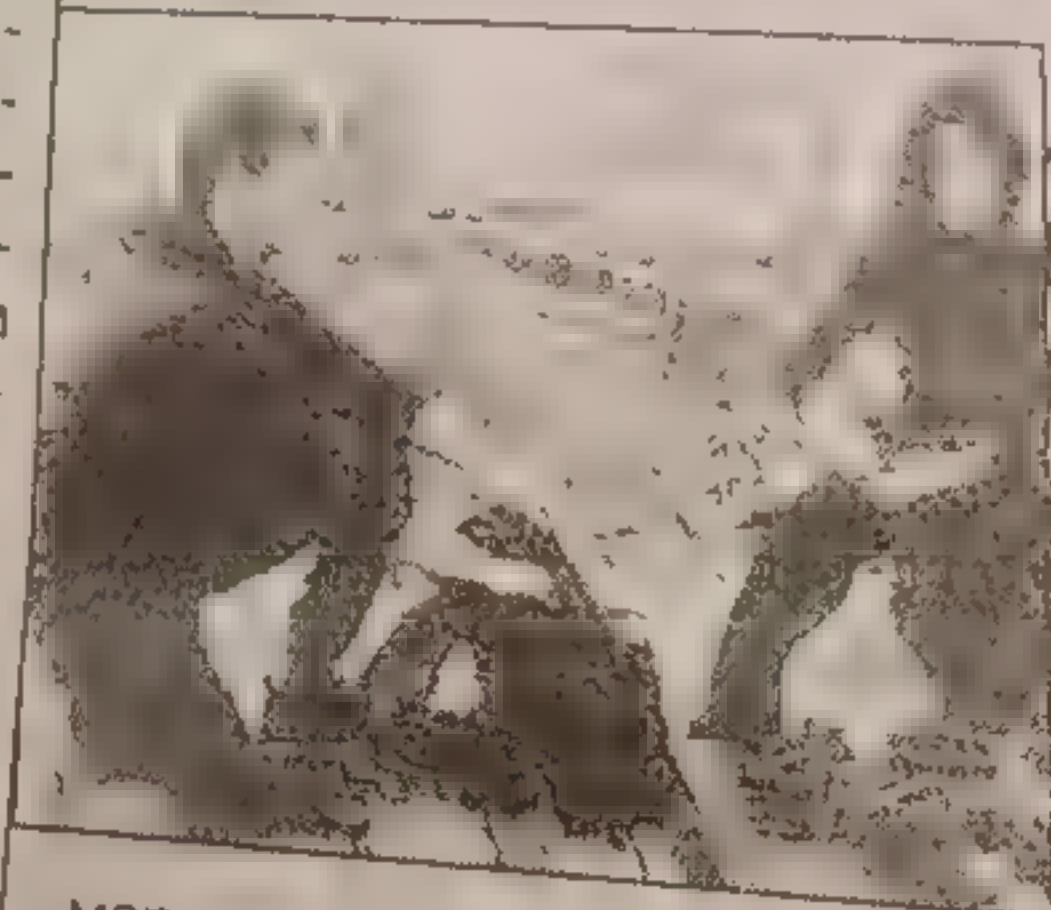
(Falcon Down), США, 2000, 90 мин. Режиссер Филлип Рот. В ролях: Уильям Шатнер, Дэйл Мидкифф, Джадд Нельсон. Фантастический боевик.

Высококласный летчик ВВС США Хэнк Томас, незаслуженно обвиненный в гибели друга во время учений, становится жертвой коварного заговора коррумпированных военных, намеревающихся похитить уникальный сверхсекретный самолет «Сокор» с чудовищным оружием разрушения на борту, чтобы за фантастическую сумму продать его Китаю. Лишь в самый последний момент Томас разгадал истинные замыслы «коллег» и решил их сорвать...



«Завтра не умрет никогда»

(Tomorrow Never Dies), США-Великобритания, 1997, 124 мин. Режиссер Роджер Споттисвуд. В ролях: Пирс Броснан, Джонаган Прайс, Мишель Йео. Фантастический боевик.



Непобедимого суперагента 007 вновь играет Пирс Броснан, в роли его главного противника, вселенского злодея, прячущегося под маской всемогущего телевизионно-газетного магната Карвера, снялся Джонаган Прайс. Бонд вместе с китайской суперразведчицей (Йео) предотвращает попытку Карвера развязать мировую войну. Но прежде ему пришлось выдержать массовые пытки и пытки. Картина сделана примерно на таком же уровне, как и «Золотой глаз», и потому ей справедливо прочат прекрасное прокатное будущее.

СУПЕРКРОССВОРД

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Авто-
чулан. 3. Машиногрузчик. 8.
Ночной черт. 10. Американ-
ская колючка. 11. Водоза-
правка. 13. Драгоценный
склад. 14. Уркина постель. 15.
Военизированный налет. 17.
Телостроительная наука. 21.
Шекспировский театр в Лон-
доне. 24. Способность чело-
века логически и творчески
мыслить. 25. Спортивная за-
бегаловка. 27. Нарядолюби-
вый щеголь. 28. Морской «Ка-
раул!». 30. Рыбья вынималка.
32. Открыто и откровенно о
своих поступках. 33. Кисетная
набивка. 35. Райская калитка.
36. Карнавальный намордник.
37. Судовой гамак. 39. Невес-
тина халтура. 41. Казиношный
ноль. 42. Мера величины ума.
44. Холл избы. 46. Тюремная
дата. 47. Цыганский обоз.
уходящий в небо. 50. Домаш-
ний сбербанк. 52. Село кав-
казской национальности. 53.
Буржуйский директор. 55.
Международное «нельзя». 57.
Солдатский вещевой мешок.
58. Угнетение на постоянной
основе. 59. Хлебное сено. 61.
Судебная ябеда. 62. Струн-
ный мир. 64. Потолочная кар-
тина. 65. Юбкины складки.
66. Змеиный сок. 68. Парно-
копытная святыня у индусов.
69. Колодная леди. 70. Губы,
пьющие мед. 72. Стихотвор-
ная похвальба. 73. Финиш
беременности. 74. Винтовоч-
ная однозарядка. 76. Боро-
динский вид. 79. Мелкобелъ-
евой шкаф. 80. Король фаян-
са. 82. Трибунный диктатор.
83. Окраскина краска. 84.
Камнеразмолка. 85. Рыбья

БЕЛАЯ МАГИЯ

ГАДАНИЕ ОБЩЕЕ
ЯСНОВИДЕНИЕ БЕЗ ВАШИХ СЛОВ

- Помощь семейная, любовная магия, безбрачие.
- Предсказания.
- Гадание по глазам, руке, картам Таро.
- Защитный код по договору.
- Снятие порчи, сглаза.

728-70-40

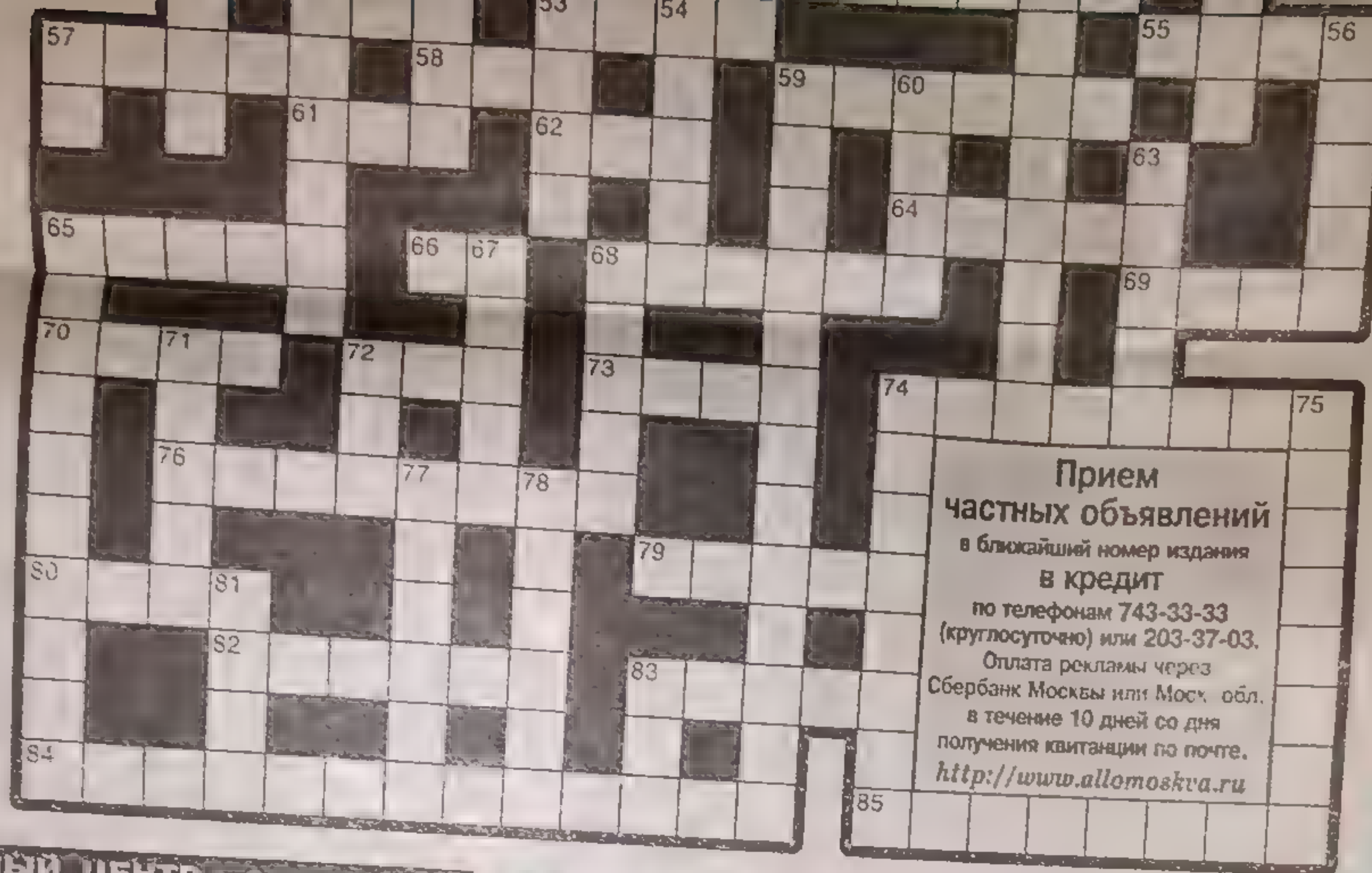
Прием ежедневно с 10 до 20 ч.,
желат. запись, воскр. вых.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Балетная
прима. 2. Избирательно-по-
севное мероприятие. 3. Игро-
вой раж. 4. Помоги общества.
5. Телепауза. 6. Предгорная
еда. 7. И Байконур, и Плесецк.
9. Генерал в начале карьеры.
12. Свечной окурочек. 16. Дама
полусвета. 18. Атомный море-
ход. 19. «Кис-кис», застряв-
ший в зубах. 20. Букет букв.
21. Орденский святой. 22.
Древнеегипетский хранитель
пирамид. 23. Хоровой заво-
дила. 25. Наш астронавт. 26.
Бездраковая размолвка. 29.
Белоснежкин карлик. 31.
Восточный верховой чистопо-
родник. 34. Человек, который
уже не распоряжается сам
своим желанием выпить, а
желание выпить распоряжа-
ется им. 38. Научно-полити-
ческое убеждение. 40. Пенс-
не на палочке. 41. Понятие,
противоположное добру. 43.
Пугачевский король. 45. Ма-
тематический мистер. 48.
Коль она пришла — отворяй
ворота. 49. Вещевая ред-
кость. 51. Мойдодыр по отно-
шению к мочалкам. 53. Гай-
кин сослуживец. 54. Былин-
ный гуслик. 56. Мука, заправ-
ленная закваской. 57. Штир-
лицей служба. 59. Фрукто-
давилка. 60. Деревянная
фальшивка. 63. Безмоторный
катер. 65. Грузорека. 67.
Уличный мордобой. 68. Шку-
ра апельсина. 71. То, что об-
служивает кочегар. 72. Цар-
ский глаз. 74. Спортивная
лодка. 75. Взлетно-посадоч-
ный дом. 77. Студентодирек-
тор. 78. Микробацилла. 81.
Дерево-мелочос

**Прием
частных объявлений**
в ближайший номер издания
в кредит

по телефонам 743-33-33
(круглосуточно) или 203-37-03.
Оплата рекламы через
Сбербанк Москвы или Моск. обл.
в течение 10 дней со дня
получения квитанции по почте.
<http://www.allomedia.ru>

международное «нелъзя». 57. Солдатский вещевой мешок. 58. Угнетение на постоянной основе. 59. Хлебное сено. 61. Судебная ябеда. 62. Струнный мир. 64. Потолочная картина. 65. Юбкины складки. 66. Змеиный сок. 68. Парнокопытная святыня у индусов. 69. Колодная леди. 70. Губы, пьющие мед. 72. Стихотворная похвальба. 73. Финиш беременности. 74. Винтовочная однозарядка. 76. Бородинский вид. 79. Мелкобельевой шкаф. 80. Король фаянса. 82. Трибунный диктатор. 83. Окраскина краска. 84. Камнеразмолка. 85. Рыбная стеклотара.



тематический мистер. 48. Коль она пришла — отворяй ворота. 49. Вещевая редкость. 51. Мойдодыр по отношению к мочалкам. 53. Гайкин сослуживец. 54. Былинный гусяр. 56. Мука, заправленная закваской. 57. Штирлицева служба. 59. Фруктодавилка. 60. Деревянная фальшивка. 63. Безмоторный катер. 65. Грузорека. 67. Уличный мордобой. 68. Шкура апельсина. 71. То, что обслуживает кочегар. 72. Царский глаз. 74. Спортивная лодка. 75. Взлетно-посадочный дом. 77. Студентодиректор. 78. Микробацилла. 81. Дерево-медонос.

Прием частных объявлений
в ближайший номер издания в кредит
по телефонам 743-33-33 (круглосуточно) или 203-37-03.
Оплата рекламы через Сбербанк Москвы или Моск. обл. в течение 10 дней со дня получения квитанции по почте.
<http://www.allmoskva.ru>

Суперкроссворд № 4

УЧЕБНО-ПРОИЗВОДСТВЕННЫЙ ЦЕНТР работает с 1989 г.

МОСКОВСКИЙ БИЗНЕС-КОЛЛЕДЖ

Комитет образования Правительства Москвы
Свидетельство о государственной аккредитации: серия ОБ №0008813

- БУХУЧЕТ + ПК
- СЧЕТОВОД-БУХГАЛТЕР (выдается госсвидетельство)
- КОМПЬЮТЕР ДЛЯ БУХГАЛТЕРА
- МЕНЕДЖЕР + ПК
- МЕНЕДЖЕР ПО ТУРИЗМУ + ПК
- МЕНЕДЖЕР ПО ПРОДАЖАМ + ПК
- КОМПЬЮТЕР ДЛЯ МЕНЕДЖЕРА
- СЕКРЕТАРЬ (выдается госсвидетельство, 2 месяца ежедневно на компьютере)
- КОМПЬЮТЕР В ОФИСЕ (школьникам, студентам — скидка 10%)
- АНГЛИЙСКИЙ ЯЗЫК (5 уровней)
- ПАРИКМАХЕР (выдается госсвидетельство)
- КОСМЕТОЛОГ-ЭСТЕТИСТ (обучение на франц. проф. линии)
- КОСМЕТОЛОГ-ВИЗАЖИСТ
- ДИЗАЙНЕР ИНТЕРЬЕРА + ПК
- КОМПЬЮТЕРНЫЙ ДИЗАЙН ИНТЕРЬЕРА
- ОФИЦИАНТ-БАРМЕН (+2 недели практики в ресторане "Мир")
- БАРМЕН-СОМЕЛЬЕ
- КЛАССИЧЕСКИЙ МАССАЖ
- СПЕЦСЕМИНАР "Похудение по методу..."
- КОНСТРУКТОР-МОДЕЛЬЕР

У нас ДИПЛОМ с присвоением квалификации и ГЕРБОВОЙ ПЕЧАТЬЮ.
СИСТЕМА СКИДОК. СУББОТНИЕ И ВОСКРЕСНЫЕ ГРУППЫ.
Доступные цены. СОДЕЙСТВИЕ В ТРУДОУСТРОЙСТВЕ.
ДЛЯ РАБОТОДАТЕЛЕЙ: подбор персонала (095) 205-39-83.

Адрес: м. "Краснопресненская", М.Предтеченский пер., 1/2, каб. 22.
Тел.: (095) 255-95-04 (круглосуточно), (095) 205-48-71 (с 10 до 18 ч. по будням, с 10 до 16 ч. по суб. и воскр.)
www.businesscollege.ru

КИНО-ЦЕНТР
ЗООПАРК

«МИР НОВОСТЕЙ» ПРИГЛАШАЕТ
розничных распространителей, мелко- и крупнооптовых покупателей продукции газет

«Мир новостей», «Мир зазеркалья», «Мир садовода», «Мир кино и ТВ»

сборников «Суперкроссворд», «Кроссворденок», «Сканворды». Возможна доставка в регионы.

Т (095) 917-35-04

ВНИМАНИЕ
РОЗНИЧНЫХ РАСПРОСТРАНИТЕЛЕЙ, МЕЛКО- И КРУПНООПТОВЫХ ПОКУПАТЕЛЕЙ ПРОДУКЦИИ ИЗДАТЕЛЬСКОГО ДОМА «МИР НОВОСТЕЙ»:

приобрести по самым низким издательским ценам газету «Мир зазеркалья» вы можете по адресу 109028, Москва, Яузский бульвар, 14/8
Тел.: 916-26-31, 917-72-51, 917-35-04

Здесь же вы можете приобрести и другие наши издания: газеты «Мир новостей», «Мир садовода», «Мир ТВ и кино», «Мир сканвордов», сборники «Суперкроссворды», «Сканворды» и «Кроссворденок».

Телефоны рекламных отделов:
(095) 925-44-73, 923-52-28, 281-19-85, 207-33-26, 205-39-47, 255-95-08.

Продолжается подписка на газету «МИР ЗАЗЕРКАЛЬЯ» на 2002 год!

Вы можете подписаться на всей территории РФ и СНГ в любом отделении связи по «зеленому» объединенному каталогу «Пресса России» (стр. 87) каталожная цена (без стоимости почтовых услуг) 1 мес. — 12 руб., 6 мес. — 72 руб.

Подписной индекс 42575

16

Главный редактор — Андрей ХОТЕНОВ
Зам. главного редактора — Ирина ЛЕМАНСКАЯ
Учредитель — коллектив редакции.
В номере использованы материалы «Экстра-пресс».
Газета выходит два раза в месяц

Газета зарегистрирована в Комитете РФ по печати
Рег. № 016585
ИД «Медиа-Пресса». Заказ № 11151
Распространение —

101000, Москва, Главпочтамт, а/я 2102.
Тел. редакции: 284-43-12
Тел. рекламного отдела: 925-64-88, 925-44-73, 925-21-08, 281-19-85, 255-95-08, 205-39-47, 207-33-26
Отдел распространения: 284-40-30, 207-30-31
Отд. общественных связей: 925-83-03

Тираж 100 тыс. экз.
За тексты и телефоны в рекламе редакция ответственности не несет
Рукописи не рецензируются и не возвращаются
При перепечатке ссылка на "МЗ" обязательна.

Неразгаданные
тайны

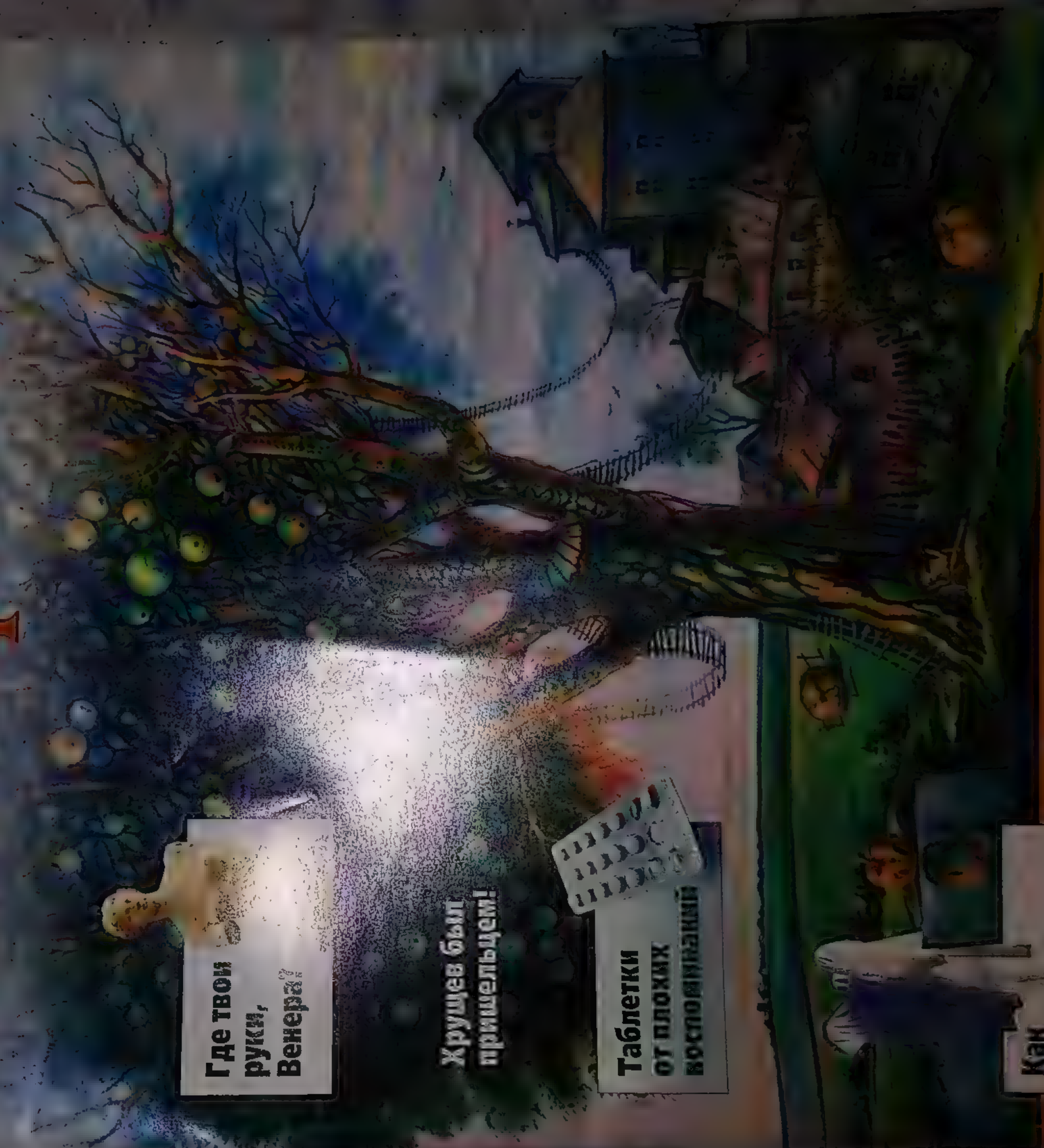
Удивительные
чудеса

Необыкновенные
приключения

Загляни за горизонт



№2 (22)
февраль
2011



Где твои
руки,
Венера?

Хрущев был
пришельцем!

Таблетки
от плохих
воспоминаний

Как
фотографировать
призраков

Деревья нас умнее,
потому что живут дольше

Неразгаданные
тайны

Удивительные
чудеса

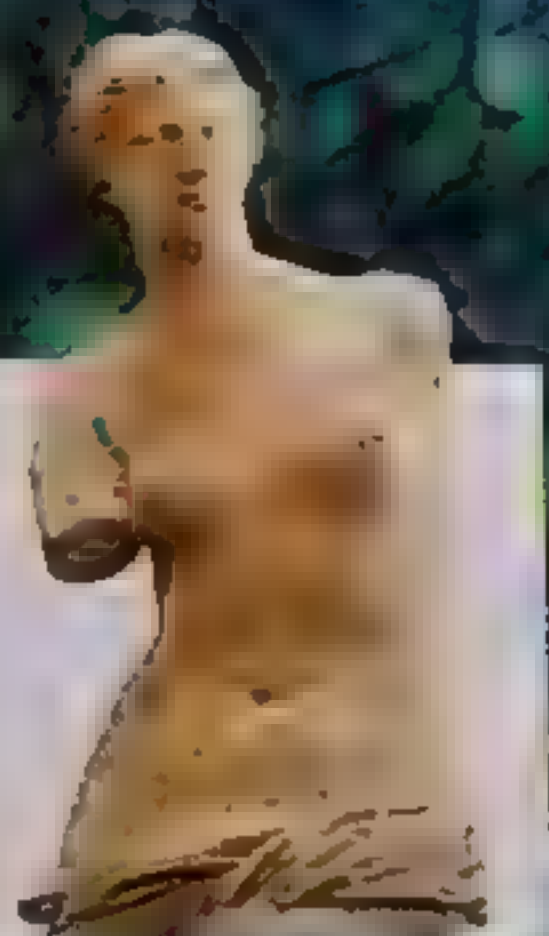
Необыкновенные
приключения



№2(22)
февраль
2011

Загляни за горизонт

Где твои
руки,
Венера?



Хрущев был
пришельцем!

Таблетки
от плохих
воспоминаний



Как
фотографировать
призраков

Деревья нас умнее,
потому что живут дольше

Колдун - профессия опасная

В Африке, где современные технологии зачастую переплетаются с первобытными верованиями, колдун - весьма популярная профессия. Люди обращаются к чародеям по любому поводу. Правда, если магия не сработала, колдуну придется платить за неудачу собственной жизнью.

Например, в Гане, где стычки между различными кланами не редкость, люди пытаются обезопасить свою жизнь при помощи магии. Весьма популярны заговоры, которые якобы защищают от пули и копья. Работают ли они, другой вопрос.

В 2001 году во время испытания силы такого заговора погиб молодой человек. 23-летний Алебига Аберима и его друзья попросили чародея сделать их неуязвимыми. В течение

двух недель колдун смазывал их тела магическим зельем. После того как волшебник объявил, что работа сделана, друзья решили проверить, действует ли зелье. В результате Аберима погиб от первой же пули. Раздосадованные друзья парня схватили колдуна и чуть было не забили до смерти - его спасло лишь заступничество деревенского старосты.

В 2004 году в Нигерии «при исполнении» погиб колдун по имени Аши Терфа. Он сделал для клиента амулет, отводящий пули. Зажав амулет в кулак, Аши Терфа предложил своему клиенту выстрелить в него, будучи уверенным, что магия его защитит. Как бы не так! Колдун тут же умер от пули, выпущенной незадачливым заказчиком, а тому еще и предъявили обвинение в убийстве.



Антарктида: не все тайны разгаданы

В последнее время материк, покрытый вековыми льдами, то и дело привлекает внимание ученых.

С высоты птичьего полета

В прошлом номере «Загляни за горизонт» мы писали о реликтовом озере и обнаруженных в его льду бактериях. А недавно Антарктидой заинтересовался известный американский ученый Джозеф Скиппер.

Слава у этого чудака от науки сомнительная: по большей части он занимается тем, что в мельчайших подробностях рассматривает спутниковые снимки Марса, Венеры и пытается обнаружить на изображениях какие-нибудь аномалии. Именно Скиппер открыл так называемую марсианку - странный камень, удивительно напоминающий статую женщины. Теперь же внимание исследователя привлечен ледовый континент. Внимательно рассмотрев его со спутника, он обнаружил там аж несколько аномалий!

Во-первых, на склоне ледника он заметил странный круглый предмет, подозрительно напоминающий летающую тарелку. Во-вторых, при помощи спутника Скиппер нашел странный туннель, ведущий под землю.

Впрочем, подобраться к аномалиям поближе и узнать, действительно ли это тарелка и туннель или лишь обман зрения, пока нет никакой возможности. А значит, опровергнуть или подтвердить гипотезу Скиппера, нельзя.

Империя нацистов

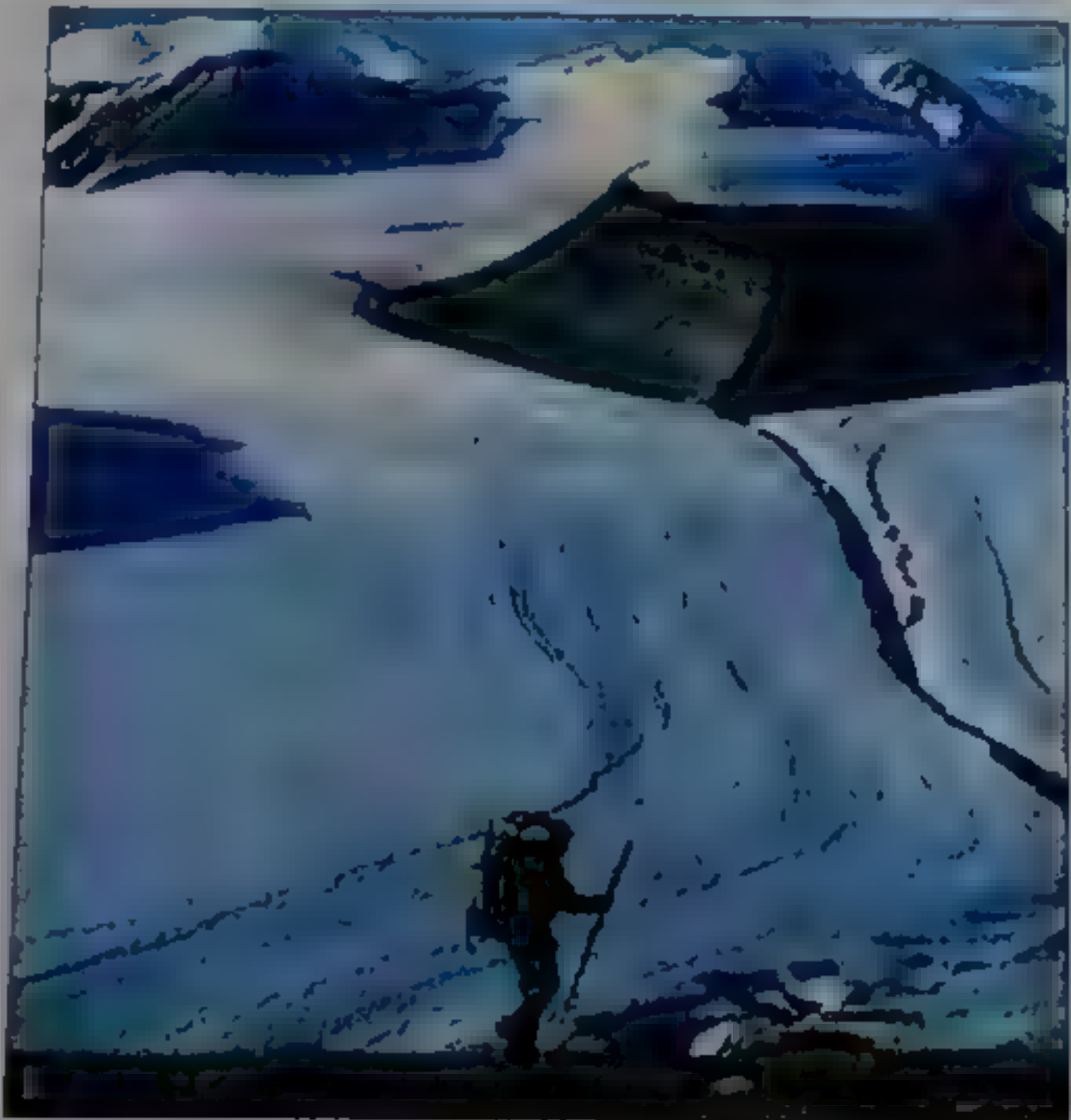
Биологи, взявшие на анализ кусочек черепа Гитлера, хранившийся в архивах ФСБ, получили неожиданный результат: оказывается, череп принадлежал не фюреру, а некой 40-летней фрау. Что из этого следует? Что фюрер вовсе не покончил с собой в бункере, а каким-то чудом сумел сбежать от советских войск.


Идея о бегстве фюрера - далеко не новость, ее высказывали еще с середины прошлого века. В качестве возможной резиденции Гитлера называли и Южную Америку, и Антарктиду. Но именно теперь, в свете всех этих аномалий, найденных на ледовом континенте, эта версия становится актуальной.

Нацисты всегда проявляли самое пристальное внимание к этому континенту. С 1939 года между Германией и Антарктидой (которую именовали Новой Швабией) постоянно курсировали корабли, перевозившие стройматериалы, инструменты и оборудование. Немцы собирались обживать Антарктиду.

Предчувствуя поражение в войне, нацисты эвакуировали куда-то все предприятия, производившие высокотехнологическую военную продукцию - уж не на ледовый ли кон-

тинент? Это предположение подтверждают факты. В 1945 году американцы захватили две немецкие подводные лодки - у тех кончились запасы провизии и топлива, и экипаж готов был сдаться. Оказалось, что перед окончанием войны субмарины получили задание транспортировать в Новую Швабию каких-то важных персон. Лица пассажиров были закрыты масками... Быть может, в ледовых пещерах Антарктиды действительно существует тайное государство?





Читайте
в следующем номере:

Увидеть шедевр и не умереть

Общение с произведением искусства может быть опасным для психического здоровья!

И это не преувеличение — полотна мастеров действительно влияют на наше подсознание, утверждают ученые. Так что если у вас тонкая душевная организация, аккуратнее с посещением картинных галерей — запросто можете грохнуть в обморок.

А может, дело вовсе не в особенностях нашей психики, а в некоем умысле гения, сотворившего шедевр?..

Эльфы среди нас

Вопрос — существуют они или нет — не ставится за ненадобностью.

Дело в другом: как эти существа уживаются с людьми?

Великие обманщики

Нет, это не организаторы финансовых пирамид. Речь о некоронованных королях цирка — иллюзионистах, чьи фокусы так никто и не сумел разгадать.

Зверь из Жеводана

Это была настоящая охота на оборотня, причем зафиксированная документально.



4 607074 331502

11002



Вместо «Виагры»

Считается, что если положить руку на плиту с изображением женской груди, вмонтированную в асфальт в квартале Красных фонарей в Амстердаме, мужская сила никогда вас не покинет. Поможет лучше всякой «Виагры»!

Аналогичным действием, согласно туристическим суевериям, обладает и статуя на могиле журналиста Виктора Нуара, покоящегося на парижском кладбище Пер-Лашез. Молодого писака застрелил в 1870 году родственник императора Наполеона III, вызвав тем самым огромный общественный резонанс. Спустя несколько недель после гибели журналиста по Парижу поползли странные слухи: говорили, что его труп, хранящийся в одном из моргов столицы, подает признаки жизни. Покойника поспешили похоронить, но после этого парижане стали шептаться о том, что статуя на могиле Виктора Нуара способна наградить любого желающего феноменальной мужской силой. Достаточно лишь потрогать ту самую часть тела бронзового журналиста, которая отвечала за продолжение рода.

В результате статую «загладили» до такой степени, что парижским полицейским пришлось поставить вокруг могилы Виктора Нуара ограду и ввести штраф за прикосновение к монументу на его надгробии.

Львы исполняют желания

В том же самом Мюнхене популярностью пользуется не только волшебный кабан. Туристическая тропа проходит по улице Резиденцштрассе, где установлены скульптуры бронзовых львов. Говорят, если потереть носы металлических хищников (предварительно загадав желание), ваша мечта непременно сбудется.

А возле собора святого Петра в Риге (Латвия) расположились бронзовые бременские музыканты. По легенде, если дотронуться до носов осла и пса, сбудется самое заветное желание.

Любовь до гроба и после него

В поисках вечной любви туристы частенько приезжают на кладбище Пер-Лашез в Париже. Зачем? Поцеловать бронзового сфинкса, установленного на могиле писателя Оскара Уайльда. По легенде, тот, кто поцелует человекольва, найдет любовь всей жизни и не потеряет ее до гроба. Немного странно, если учесть тот факт, что знаменитый писатель предпочитал женщинам мужчин!

Такой же популярностью пользуется и памятник Джульетте, установленный в одном из дворилов Вероны, где жили шекспировские влюбленные. Чтобы сохранить любовь на долгие годы, надо погладить Джульетту - если верить одной версии, по руке, согласно другой - по груди.

И политикам нужна удача

Политики, казалось бы, люди трезво мыслящие. Однако и они не чужды суеверий. Вот почему статуя Черчилля, установленная в 1969 году в холле Парламента в Лондоне, чуть не осталась одноногой!

Говорят, если прикоснуться к левой ноге бронзового премьера, выступление на заседании будет успешным. Причем благоволят бронзовый политик не всем, а лишь членам «своей» партии тори. Поэтому погладить статую норовят и члены парламента, и простые туристы, которые верят, что Черчилль подарит им счастье.

У партии лейбористов тоже есть свои статуи-талисманы. Это памятник Ллойд Джорджу и статуя Клемента Аттли возле Парламента. Чтобы обрести удачу, надо погладить кого-нибудь из этих бронзовых господ по правой руке. Правда, они не столь популярны, как Черчилль.

«Загляни за горизонт»

№2, февраль, 2011

подписной индекс: 12639

Главный редактор
БЕЛОУСОВА С.И.

Телефон (831) 432-98-16

e-mail: magiya@gmi.ru

Учредитель

ЗАО «Издательство «Газетный мир»

Издатель

ЗАО «Издательство «Газетный мир»

Адрес издателя

и редакции:

603126, Н.Новгород,

ул. Родионова, 192, корп.1

www.gmi.ru

Рекламное агентство

Телефон (831) 434-88-20

Факс (831) 434-88-22

e-mail: reclama@gmi.ru

За достоверность рекламной
информации ответственность
несет рекламодатель.

Служба продаж

Телефоны:

(831) 275-95-22, 438-00-54

e-mail: sales@gmi.ru

Служба экспедирования
и перевозок

Телефон (831) 434-90-44

e-mail: dostavka@gmi.ru

Распространение

в Республике Беларусь

ООО «Апро-НН»

Адрес: 220030, г. Минск,
ул. К.Маркса, д.15, офис 313,
тел. 328-68-46

Подписной индекс

РУП «Белпочта» 19959

Газета зарегистрирована

Федеральной службой

по надзору в сфере связи

и массовых коммуникаций.

Свидетельство о регистрации

средства массовой информации

ПИ № ФС77-34426

от 26 ноября 2008 г.

Подписано в печать 13 января 2011 г.

в 16 часов (по графику - в 16 часов)

Дата выхода в свет 3 февраля 2011 г.

Тираж 20194. Заказ 47.

Цена договорная

Отпечатано с готового оригинал

макета в ООО «Альфа-Медиа»

610014, г. Киров, ул. Щорса,

д. 95, офис 108

На обложке - фрагмент картины ни-

жегородского художника Леонида

Колосова «Та самая яблоня».

Китайцы - потомки римлян

В китайской деревне Лицань все жители - блондины с голубыми или зелеными глазами. Почему? Они - потомки солдат из пропавшего римского легиона. И генетические тесты это подтверждают!

Давным-давно, в 53 году нашей эры, римский легион под командованием Марка Красса был разбит в битве с парфянами. Это произошло на границе с Сирией, и от многочисленного легиона осталось лишь 145 воинов. Эти немногие выжившие, спасаясь от преследовавших их победителей, углубились на Восток и попали в земли племени хунна, а затем оказались в Китае.

Поселившись в степях на западе страны, они основали там деревню Лицань, которая существует до сих пор. А их потомки - сегодняшние жители деревни, отличаются нетипичной для китайцев внешностью: у них прямые носы, голубые или зеленые глаза и светлые волосы. Заинтересовавшись этой аномалией, ученые решили провести генетические тесты - и оказалось, что в генах жителей Лицань действительно «сидят» европейцы. А археологи намерены подтвердить теорию находками. Они уже откопали останки какого-то древнего воина ростом под 180 сантиметров - это был явно не китаец, ведь для этого народа не характерен высокий рост.

Христос и его родственники

Генеалогия Иисуса Христа - темный лес для любого богослова. Ведь тут все сложно. С одной стороны, он Сын Божий, а значит, его отец - Всевышний. Тут все понятно. А вот если посмотреть на смертных родственников Иисуса, то про них мало что известно.

Богоматерь Мария, к примеру, вообще темная лошадка. В самой Библии, кроме того, что она была на редкость добродетельной особой, про нее ничего и не говорится. Однако недавно ирландские ученые установили личность прабабушки Христа и бабушки Девы Марии. Ей оказалась добродетельная святая по имени Исмерия. От ее брака с иудейским патриархом родилась дочь Анна, которая стала впоследствии матерью Марии.

Муж Исмерии рано умер, и ее семья едва сводила концы с концами. Поскольку платить за жилье им было не по карману, Исмерия и Анна жили при больнице. Там-то прабабка Христа и начала творить чудеса, очень помогла тем, которые потом совершал Иисус. К примеру, как-то раз с Божьей помощью она накормила сотню больных одной рыбкой.



В этом номере:

Клад из древнего кургана
Сокровища Причерноморья 4

Картины здесь не живут!
Добрая традиция жуликов - обворовать Рассборо 6

Руки Венеры
Кто изуродовал красотку из Милоса? 8

Вне брака и закона
Историю творят дети греховной любви 10

Думай о хорошем - исполнишься!
Правильные мысли - залог здоровья 12

Забывать все
Таблетки от воспоминаний 14

На истребителя в прошлое
Слетать в другое время? Легко! 16

Космический генсек
Хрущев, оказывается, был пришельцем! 18

Портрет с умершей бабушкой
Учимся фотографировать призраков 20

Ад и рай
Где будет лучше после смерти? 22

Ну здравствуй, дерево!
Анчар и баобабы волшебные растения 24

Гады ползучие
Так ли опасны змеи, как мы привыкли считать? 26

День сурка
Человек без памяти 28

Волшебные наречия
Можно ли выучить язык ангелов и пришельцев? 30

Как назовут, таким и будешь
Имя как талисман 32

Тронутые статуи
Кого погладить, чтобы обрести счастье 34

Причерноморье:

Побережье теплого моря - не только любимое место отдыха жителей нашей страны, но и Мекка для любителей загадочного и необъяснимого. Ведь здесь мифы и легенды зачастую переплетаются с реальностью, а сокровища лежат прямо под ногами.

Клад из древнего кургана

В 1830 году весь Крым гудел, словно потревоженный улей: в кургане Куль-Оба под Керчью обнаружили древнее захоронение! «Все в золоте!» - так описывали усыпальницу древнего скифского вождя случайные свидетели.

Доморощенные археологи

В археологии многое зависит от личности ученого - нужно, чтобы у него хватило терпения, опыта и уверенности, чтобы откопать желанные сокровища. Именно таким человеком и был Павел Алексеевич Дюбрюкс. Откуда такая странная фамилия? Дюбрюкс был французом, которого волей судьбы занесло в Россию. Как известно, русские всегда благоговели перед иностранцами, а уж блестяще образованный, знающий несколько языков, галантный Поль и вовсе имел в России бешеный успех. Так что вскоре его назначили начальником таможни города Керчь.

В Крыму у него обнаружилась страсть - археология. Поль-Павел готов был часами гулять по керченским окрестностям, ковыряться в земле и собирать черепки, монеты, колечки... Все свободные средства он тратил на реставрацию найденного, которое выставлял в своем доме и во дворе.

Неожиданно поддержку, в том числе материальную, Дюбрюкс обнаружил в лице Ивана Алексеевича Стемпковского. О, это тоже была заметная фигура! Начнем с того, что в 1808 году Стемпковский служил адъютантом герцога де Ришелье (потомка того самого кардинала Ришелье из «Трех мушкетеров»). В 1814-1817 годах он побывал в Париже, где получил от Ришелье доступ в Академию надписей и изящной словесности. Там Иван Алексеевич изучал сочинения древних



писателей и привез с собой в Россию огромную библиотеку.

Вскоре Стемпковского назначили градоначальником Керчи. Он не только стал всячески поддерживать Дюбрюкса - теперь уже эти два чудака вместе искали в земле черепки, сдували с них пыль и приводили в порядок.

Звездный час

В 1830 году для наших героев наступил звездный час. Отставных матросов из Севастополя переводили в Керчь. Для них приказано было соорудить казармы, и строительный материал решили брать с покрытого камнем холма Куль-Оба, что с татарского переводится как «холм пепла». 10 сентября Дюбрюкс сопровождал Стемпковского на место добычи камня. Взобравшись на холм, верные друзья по привычке начали осматривать местность. Первым насторожился опытный француз. Сохранилась его запись: «Рассматривая вид холма, возвышавшегося на самой вершине горы, я убедился, что тут должна быть гробница».

И чутье его не подвело! Работники, раскапывавшие холм, наткнулись на сооружение из тесаного кам-

ня с узким проходом под землю. Стали копать дальше - обнаружили дверь в склеп. Раскидали камни, которыми она была заложена, и 22 сентября Дюбрюкс первым проник в подземелье.

Царь и свита

На богатом деревянном ложе покоился знатный скиф, возможно царь. На принадлежность к этому племени указывал традиционный головной убор - войлочная шапка с золотыми бляшками, увенчанная драгоценной диадемой. Шею усопшего украшала золотая гривна весом 461 грамм, а на каждой руке красовалось по золотому браслету.

Слева от мужчины покоилась женщина. Ее погребальный наряд поражал богатством - на голове сверкала диадема, в ушах висели ажурные серьги, на шее - ожерелье, на руках - браслеты, причем все - из чистого золота.

Но и это не все! У стены склепа лежали останки конюха-раба, рядом - кости коня. По всей видимости, женщине и вознице-оруженосцу пришлось разделить судьбу своего хозяина.

Фото ИТАР-ТАСС.

Край легенд и сокровищ

Город, вывернутый наизнанку

Сегодня уже невозможно сказать, какой остролов дал одесским каменоломням звучное название катакомбы. Ведь так называли подземные пещеры, где общины первых христиан спасались от преследования римских властей. Катакомбы же под Одессой – рукотворное сооружение.

Здесь добывали **ракушняк** – легкий и прочный камень, из которого построена практически вся старая Одесса. Первые ходы появились в начале XIX века во время бурного строительства города. За порядком под землей никто не следил, каждый хозяин рубил проходы на свой лад. Когда власти кинулись, было уже поздно: Одесса стала городом, словно вывернутым наизнанку.

Теперь подземные пустоты доставляют горожанам много хлопот: то здесь, то там в самых неожиданных местах происходят обвалы. Не

успевают закрыть один вход, как обнажается другой.

Из катакомб трудно выбраться. Даже хорошо дрессированная собака там теряется и не может взять след. Только выросшая в каменоломнях псина способна выйти оттуда целой и невредимой. Что уж говорить про человека! Лишь настоящие профессионалы – диггеры – могут ориентироваться в этом подземном царстве.

У тех, кто часто спускается в катакомбы, есть примета: **все что находишь под землей, нельзя выносить наружу**, потому что весь подземный **скарб принадлежит богу Буту**. Так подземщики называют духа, который, по мнению верящих в него, обитает в одесских катакомбах. **Если что-то вызовет его недовольство, это скажется и на жизни земной – Бут непременно отомстит**. В крайнем случае нужно что-нибудь оставить

взамен. Одесситы – без шуток – расскажут вам немало историй о том, как начинались крупные неприятности у тех, кто выносил из катакомб не принадлежащие им трофеи.

Блуждающая легенда одесских катакомб – **златотой корабль**. Некий капитан перед уходом на войну (какую именно – история умалчивает) решил до поры припрятать в катакомбах фигурку корабля из чистого золота. **С войны моряк не вернулся, а его золотой корабль ищут в катакомбах до сих пор**.

Другая версия гласит: капитан участвовал в спасении пассажиров с «Титаника», за что получил сувенир – золотую копию «Титаника» в уменьшенном виде. И – опять же! – капитан спрятал его в катакомбах, когда уходил на войну. Дальше вы уже знаете: с войны моряк не вернулся, а его корабль ищут в катакомбах до сих пор.

Жертва халатности стоматолога

Что же случилось со знатным скифом, похороненным в кургане Куль-Оба?

На одном из сосудов в склепе археологи увидели необычную сценку: человеку, судя по всему родовитому и богатому, вырывают зуб. Это натолкнуло на мысль: а не пострадал ли погребенный в склепе царь от некачественных действий древнего эскулапа? И правда: обследовав череп мертвеца, они нашли следы манипуляций «стоматолога».

Скорее всего, скиф путешествовал со своей свитой, в дороге у него разболелись зубы, врач удалил ему сразу три, но неудачно, началось заражение, и бедолага отдал богу душу. Мужчине было 30-40 лет – умер в самом расцвете сил!

Его жене (или наложнице?) не позавидуешь – девушку задушили. Та же участь постигла и возницу-оруженосца. Что и говорить – дикие нравы. Зато скифы отгрохали своему владыке богатый мавзолей.

Вся эта печальная история случилась очень давно – примерно в III-IV веках до н.э.

СТУПЕНИ, №19, 2010.

Заповедник под землей

Порой находки бывают совершенно неожиданными. В 1936 году молодой чекист Тимофей Грицай обнаружил на Молдаванке в стене горной выработки вход в естественную карстовую пещеру. В ней Грицай нашел обломки довольно крупных костей. Принес находки в местный археологический музей, а там их классифицировали как «палеонтологические останки доисторических животных».

Оказывается, в прошлом в этих краях обитали экзотические животные – верблюды, лисы, гиены, страусы, медведи, антилопы, олени. Но совсем уж неожиданным стало обнаружение костей... мастодонта и саблезубого тигра-махайродуса.

Вскоре выяснилось, что по количеству костей ископаемых животных пещера не имеет себе равных. В 1963 году здесь был открыт первый в Евразии подземный палеонтологический заповедник, а в начале 1980-х годов пещере было присвоено название «Заповедная».

Ученые уверены: катакомбы под Одессой – настоящая кладовая времени. Стоит лишь хорошо поискать, и можно еще и не такое найти.

СТУПЕНИ, №18, 2010.

Живописи тут не место!

Рассборо-хаус - одно из известнейших старинных поместий Ирландии. Его называют поразительным архитектурным памятником XVIII столетия и жемчужиной края, включают во многие туристические справочники. Вот только, рассказывая о нем, гиды употребляют странные эпитеты: роковое, таинственное. И все сходясь на том, что Рассборо - одно из самых злосчастных поместий в мире.

Проклятие бедного художника

Весной 1973 года в Рассборо-хаус прибыл новый владелец - барнет Альфред Бейт. Был он уже немолод и считал, что может уйти на покой. Тем более что состояние имел внушительное: получил кое-что от покойного дядюшки - южно-африканского миллионера, а еще больше заработал сам на продаже алмазов. Дядюшка вложил часть состояния в картины старых мастеров, благодаря чему сэр Альфред пристрастился к коллекционированию живописи. В его собрании имелись настоящие жемчужины: работы Рембрандта, Рубенса, Гойи, Тициана... И вот Бейт решил создать в Рассборо картинную галерею.

Когда дворецкий узнал, что в Рассборо будет размещена коллекция живописи, он пришел в ужас. И поведал хозяину старинное предание. Век

назад владелец поместья, граф Мидлтаун, поручил местному художнику написать картины для украшения дворцовых залов. Однако готовые полотна не понравились заказчику. Не заплатив ни пенни, он велел бросить их в огонь. Живописец проклял и обидчика, и его поместье: «Пусть живопись не уживется на стенах Рассборо!»

С тех пор замечено: стоило хозяевам приобрести картину известного живописца, как в дом залезали грабители, а то и вовсе случался пожар, и ценная покупка превращалась в гору пепла...

Бейт скривился, услышав байку. Да он принял меры и от пожара, и от краж! На окнах решетки, везде электронные замки. К тому же коллекция застрахована. Друг сэра Альфреда, мистер Дагдейл, директор страховой компании «Ллойд», лично составил контракт. Так что живописи в Рассборо не угрожает ничто!

Первое подтверждение

Апрельским вечером 1974 года Альфред Бейт и его супруга леди Клементина сидели в гостиной, наслаждаясь коллекционным коньяком, полученным из Франции. Обслуживали себя сами, поскольку в доме остался только дворецкий: остальные слуги уехали в Дублин.

И тут пожаловала дочка страховщика - Бриджит Роуз Дагдейл. Бейты не слишком-то жаловали эту девицу: поговаривали, что Бриджит связана с террористами. Впрочем, не принять дочь друга нельзя. После того как все выпили по глотку, в сознании Бейта вдруг случился провал. Очнувшись, он обнаружил себя в кресле связанным, с пластырем на рту. По обе стороны от него сидели связанные супруга и дворецкий. А четверо парней выносили картины.

Бейт замычал. И тут же поверх его головы раздалась автоматная очередь... Когда слуги вернулись из Дублина, им пришлось вызывать «скорую» с полицией. Выяснилось, что девица, действительно связанная с террористами, подсыпала Бейтам в коньяк транквилизатор и впустила сообщников. Те вынесли из дома 19 полотен, среди которых были работы Вермера, Рубенса и Гойи. Картины в Рассборо не ужились...



Ограбление, как в кино

Правда, Бриджит Дагдейл быстро нашлась вместе с картинами. Оказалось, что ими террористы хотели заплатить выкуп за освобождение своих товарищей из тюрьмы. Но фокус не удался, и пришлось девице присоединиться к заключенным соратникам. Бейт поставил в поместье самую передовую сигнализацию: стоит прикоснуться к рамам – и сработает сирена. Рассборо снова открыли для посещения.

Но в мае 1986 года, когда супруги Бейт пребывали в Лондоне, случилось невероятное. В два часа ночи в Рассборо завыла сирена. Полиция прибыла через четыре минуты. Отключила сигнализацию, обыскала дом, но никого не нашла. Через час сирена завыла снова. Опять прибыла полиция и убедилась – все картины на месте. Час спустя опять раздался вой. Охранник решил, что сигнализация неисправна, и выключил ее, дабы больше не тревожить понапрасну полицию. А к утру обнаружилось, что 18 картин пропали. Общая стоимость похищенного приближалась к 100 миллионам долларов!

Бейт назначил огромное вознаграждение тому, кто найдет картины. Ирландская полиция тут же активизировалась, и на одном из пустырей Дублина обнаружился автомобиль, где лежали 7 похищенных полотен. Но самые дорогие пропали – Вермер, Рубенс и Гойя.

Дело получило международный резонанс. Пришлось подключить Скотленд-Ярд во главе с шефом художественно-антикварного отдела Чарльзом Хиллом. Отыскать пропажу Хиллу помогло невероятное событие.

Звезда Голливуда Одри Хепберн получила письмо от главаря дублинской мафии Мартина Кэхилла. Тот, восхищенный игрой красавицы в фильме «Как украсть миллион» (там герои устраивают несколько ложных тревог, чтобы добиться отключения сигнализации), гордо писал: «Вдохновленный вами, я пошел по вашим стопам, но получил не один миллион, а сто!» Ошарашенная звезда принесла письмо в полицию – и завертелось!

Хилл начал слежку за мафиози. Проследили судьбу девяти полотен, и их удалось вернуть. Но Вермер и Гойя пропали. Однако настойчивый Хилл отыскал и их в хранилище Люксембургского банка.

Сила есть – ума не надо

Скотленд-Ярд был доволен успехом, но кражи сильно повлияли на душевное состояние сэра Альфреда. Он начал расспрашивать дворецкого о старом проклятии, читать древние книги, выискивая там разные мистические заклинания. Даже к магам и экстрасенсам обращался – хотел защитить свою коллекцию. Но не успел – в 1994 году его не стало...

Леди Клементина в мистику не верила. Она просто приказала установить во всех помещениях чудо-современных технологий – особую лазерную защиту, мимо которой не смог бы пролететь и комар.

В теплый июньский день 2001 года, когда леди преспокойно завтракала, раздался оглушительный грохот, и хозяйка в ужасе увидела, как в комнату... въехал огромный грузовик. Он просто пробил стену – и никакие высокотехнологии были ему не указ.

За четверть века из злощастного Рассборо-хаус при разных обстоятельствах было похищено примерно полсотни полотен. Нападения на поместье превратились в своеобразную преступную традицию.

Выскочившие из грузовика трое рабителей в черных масках грохнули ионтировкой по двум рамам, снарядом вырезали полотна Беллотто и Гейнсборо – и были таковы. Вся операция заняла три минуты. Очнувшись от шока хозяйка кинулась звонить не в местную полицию, а в Скотленд-Ярд. Прилетевший из Лондона Чарльз Хилл выяснил, что вместо недавно убитого Кэхилла главой местной мафии был выбран молодой и горячий Мартин Глэндер, который хотел показать подельникам, как он крут, и решил украсть картины из собрания Бейта, как когда-то это сделал Кэхилл.

Незадачливого мафиози вскоре схватили, обе картины нашлись. Глэндер всерьез уверял судей, что не мог поступить иначе: во сне ему явился призрак бывшего главаря и повелел совершить «ритуальное ограбление». «Отныне кража из Рассборо станет своеобразной инициацией главаря дублинской мафии», – зловеще шипел призрак. И Глэндер выпол-

нил волю покойного. «Я и так взял не 19 картин, как он, а всего-то две!» – оправдывался молодой преступник.

Погони по Ирландии

Когда Глэндера перевозили из одной тюрьмы в другую, он попытался бежать и был застрелен охранниками. Детектив Хилл наострил уши. Ведь гангстерам предстояло выбрать нового главаря. Кто знает, может, тому тоже захочется пощеголять «ритуальной кражей»? Сыщик позвонил леди Клементине с предупреждениями. Но старая дама его утешила: «У нас сейчас гости сам куратор Национальной галереи Ирландии. Кругом полно полиции!»

Однако ранним утром, когда все еще спали, к заднему фасаду дома подъехал тягач и стукнул тяжелой стальной бабой по окну холла. Окно разлетелось вдребезги. Пятеро молодых взяли каждый по картине и скрылись. Это было уже четвертое ограбление – дерзкое, как насмешка. За преступниками носилась вся полиция Ирландии. Уходя от погони, воры менили пять машин. Такого и в само захватывающем детективе не увидишь! И бандитам удалось – таки скрыться – свой ритуал они соблюли. Но и полиция не ударила в грязь лицом. Через три месяца картины были обнаружены у перекупщиков.

Леди Бейт решила большую икусать судьбу. Конечно, можно и посмеяться над местной легендой о проклятии живописца, ведь картины в Рассборо действительно так и не прижились: за четверть века из злощастного поместья было похищено полсотни великих полотен. Так что леди Клементина решила поскорее передать лучшие картины Национальной галереи Ирландии. Пусть висят себе там спокойно.

В Рассборо же она полала устроить музей-усадьбу: для этого подойдут и живописные полотна попроще. Украдут – не так жаль.

Передача великих полотен из коллекции Бейтов состоялась в начале 2005 года. А в ноябре, пройдя инвентаризацию оставшегося имущества, кураторы музея Рассборо недосчитались еще трех картин. Проклятие живописца все еще действует в злощастном поместье. Понимают богачи, как обижать бедных художников!

Оракула

(№ 6, 2009).

Фото Chup

(Preamstime.ru/Preamstock.ru)

Венера, где твои руки?

Венера Милосская (Venus de Milo) - самое знаменитое изображение античной богини любви Афродиты в мире искусства. И наряду с Никой Самофракийской и «Моной Лизой» Леонардо да Винчи это одна из трех богинь Лувра, одна из главных правительниц мира искусства. И, как у любого шедевра, у нее своя необычная история и свои тайны.

Когда она явилась на свет?

Статую обнаружили в 1820 году на греческом острове Милос (чем и объясняется ее название). Долгое время ее считали чудом, уцелевшим произведением эпохи расцвета греческого искусства (V-III века до нашей эры). Но позднее выяснилось, что возраст скульптуры столь почтенный.

Величавость осанки, плавность контуров, оживленность лица действительно делают близкой произведениям IV века до н. э. Но вместе с тем удлиненные пропорции, изображение волос, складки одежды, приемы обработки мрамора говорят о более позднем (приблизительно между 130 и 100 годами н. э.) изображении Венеры. Возможно автор просто вдохновлялся более ранним произведением.

Кто же создал и благодаря кому этот шедевр стал достоянием общечеловеческой культуры?

Венера стыдливая и таинственная

Весной 10 года греческий крестьянин, житель острова Милос, копая землю, руг почувствовал, что его лопата, уху звякнув, наткнулась на что-то твердое. Он принялся копать и в результате обнаружил красивую статую из белого мрамора, помещенную в каменной нише. Тот, кому когда принадлежала эта скульптура, видимо, очень дорожил ею и сделал все возможное, чтобы она оставалась непластна времени.

Впоследствии ученым удалось прочитать подпись автора, согласно которой создателя изваяния

звали Агесандр, или Александр Антиохийский. Но прежде статуя приписывалась древнегреческому скульптору Праксителью. Дело в том, что скульптура, найденная крестьянином, представляет собой тип Афродиты Книдской (Venus pudica, Венера стыдливая): богиня, придерживающая рукой упавшее одеяние (впервые скульптуру такого типа изваял именно Пракситель - около 350 г. до н. э.).

Долгая дорога в Лувр

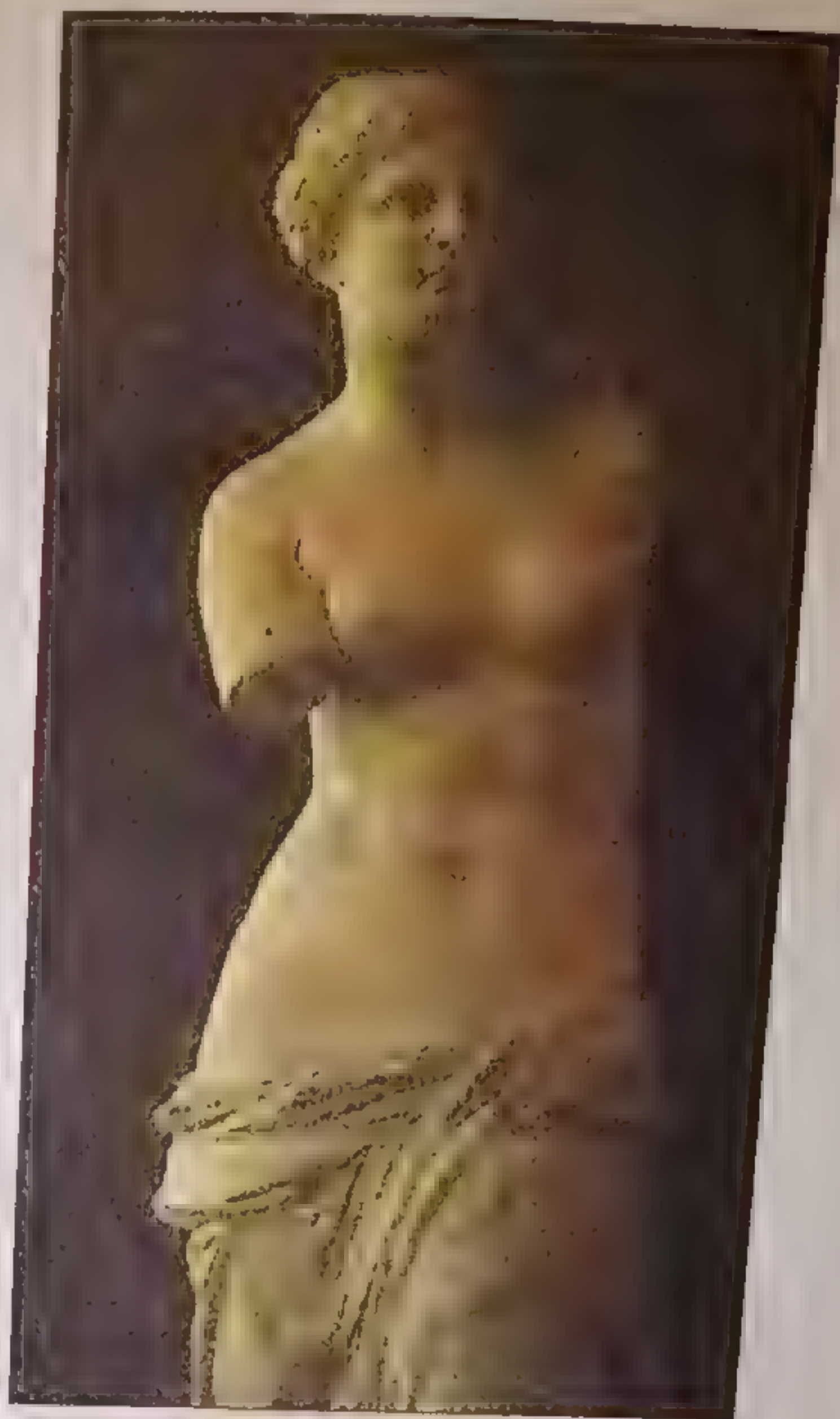
Как бы то ни было, крестьянин не осознавал исторической значимости скульптуры и, по одной из версий, уступил свою находку за бесценок местному священнику, который задумал принести статую в дар кому-то из султанских вельмож.

В это время о находке узнал французский посол в Турции и послал на Милос своего секретаря на военном корабле. Французы прибыли в тот момент, когда статую грузили на турецкое судно. Посол попытался тут же в порту перекупить замечательное творение греческого искусства, но ему было отказано.

Тогда французы решили отнять драгоценную статую силой. Завязалась драка, в результате которой статуя потеряла обе руки: левая - у самого плеча, а правая - на уровне груди.

Французский посол отправил статую в Париж в качестве подарка королю.

По другой версии, скульптуру выкупил лейтенант военно-морского флота Франции Дюмон Дюрвиль. Он случайно увидел античную статую в загоне для коз - именно там греческий крестьянин до поры до времени решил хранить свою находку, чтобы потом



продать ее подороже. В этой истории также не обошлось без конфликта с турками, которые тоже хотели завладеть красивой статуей.

Венера якобы несколько раз переходила из одного лагеря в другой: каждый тянул ее на свою сторону. В итоге победили французы, но в результате распри шедевр лишился рук. В таком виде Венеру и отправили в Париж, а мраморные руки в спешке позабыли в порту. Так их до сих пор и не нашли...

В Лувре Венеру поместили в отдельном зале как одно из самых больших сокровищ этого музея.

Интрига века

Не сохранившиеся почти до плеч руки статуи не позволяют реконструировать скульптуру, зато дают простор воображению: появились самые разные версии о первоначальном облике Венеры.

По одной из легенд, на момент обнаружения фигура была разломана на два больших фрагмента. И якобы в левой руке богиня держала яблоко. Согласно другой версии, Афродита поддерживала руками свои одеяния.

Сегодня полуобнаженная, женственная и одновременно сильная фигура богини любви, пережившая такую трагичную историю, по-прежнему вызывает восхищение и, несмотря на полученные повреждения, остается воплощением гармонии и красоты, воскрешает идеалы классического греческого искусства.

Венера, где твои руки?

Венера Милосская (Venus de Milo) - самое знаменитое изображение античной богини любви Афродиты в мировом искусстве. И наряду с Никой Самофракийской и «Моной Лизой» Леонардо да Винчи это одна из трех богинь Лувра, она из главных правительниц мира искусства. И, как у любого шедевра, у нее своя необычная история и свои тайны.

Когда она явилась на свет?

Статую обнаружили в 1820 году на греческом острове Милос (чем и объясняется ее название). Долгое время ее считали чудом, уцелевшим произведением эпохи расцвета греческого искусства (V-III века до нашей эры). Но позднее выяснилось, что возраст скульптуры не столь почтенный.

Величавость осанки, плавность контуров, спокойствие лица действительно делают ее близкой произведениям IV века до н. э. Но вместе с тем удлинённые пропорции, изображение волос, складок накидки, приемы обработки мрамора говорят о более позднем времени. **Приблизительно между 130 и 100 годами до н. э.** изображении Венеры. Возможно, автора просто вдохновляли более ранние произведения.

Кто же ее создал и благодаря кому этот шедевр стал достоянием общечеловеческой культуры?

Венера стыдливая и таинственная

Весной 1820 года греческий крестьянин, житель острова Милос, копая землю, вдруг почувствовал, что его лопата, глухо звякнув, наткнулась на что-то твердое. Он принялся копать и в результате обнаружил красивую статую из белого мрамора, помещенную в каменной нише. Тот, кому когда-то принадлежала эта скульптура, видимо, очень дорожил ею и сделал все возможное, чтобы она оставалась непобита временем.

Впоследствии ученым удалось прочитать подпись автора, согласно которой **создателя изваяния**

звали Агесандр, или Александр Антиохийский. Но прежде статуя приписывалась древнегреческому скульптору Праксителю. Дело в том, что скульптура, найденная крестьянином, представляет собой **тип Афродиты Книдской (Venus pudica, Венера стыдливая)**: богиня, придерживающая рукой упавшее одеяние (впервые скульптуру такого типа изваял именно Пракситель - около 350 г. до н. э.).

Долгая дорога в Лувр

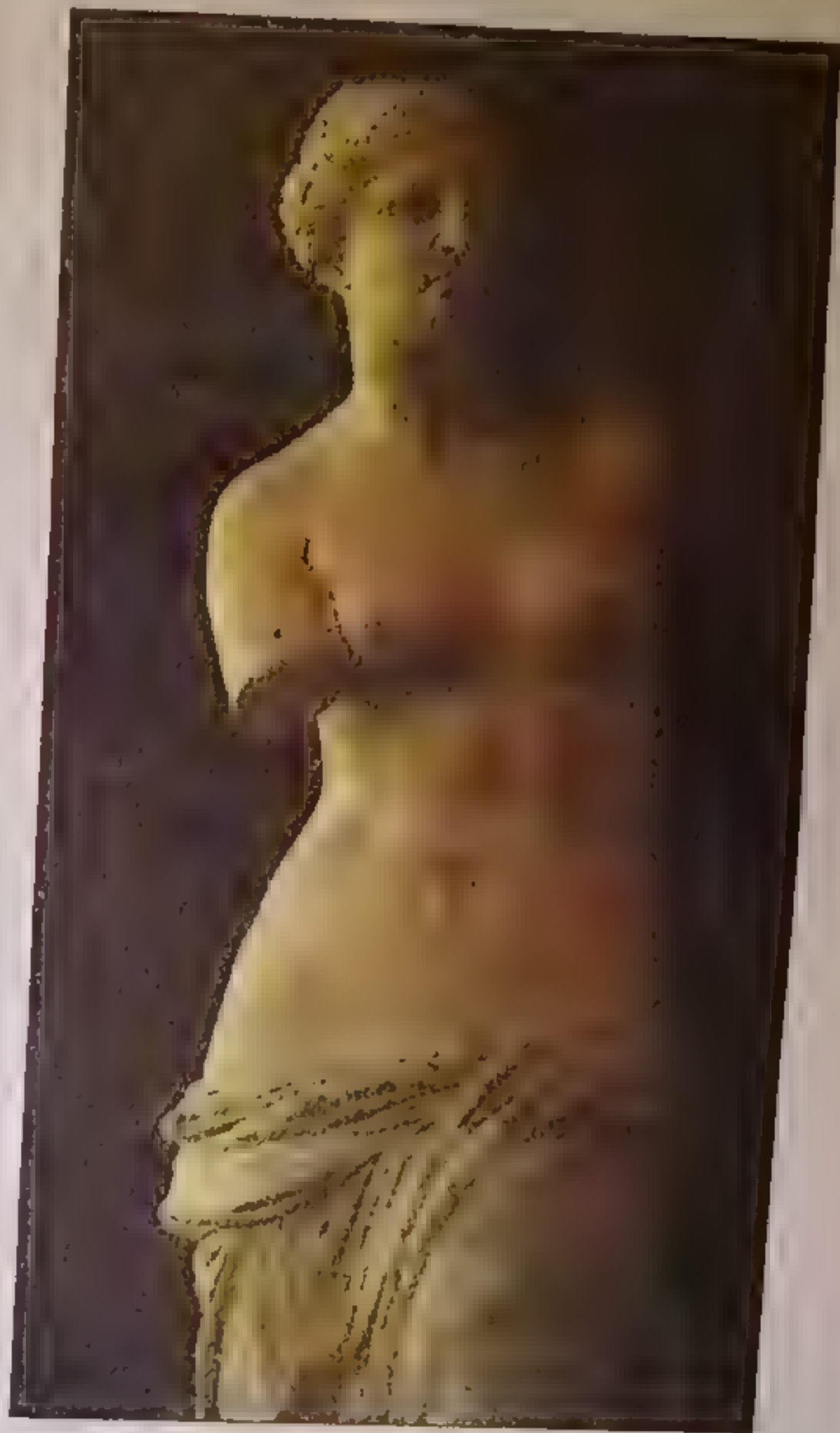
Как бы то ни было, крестьянин не осознал исторической значимости скульптуры и, по одной из версий, уступил свою находку за бесценок местному священнику, который задумал принести статую в дар кому-то из султанских вельмож.

В это время о находке узнал французский посол в Турции и послал на Милос своего секретаря на военном корабле. Французы прибыли в тот момент, когда статую грузили на турецкое судно. Посол попытался тут же в порту перекупить замечательное творение греческого искусства, но ему было отказано.

Тогда французы решили отнять драгоценную статую силой. Завязалась драка, в результате которой статуя потеряла обе руки: левая - у самого плеча, а правая - на уровне груди.

Французский посол отправил статую в Париж в качестве подарка королю.

По другой версии, скульптуру выкупил лейтенант военно-морского флота Франции Дюмон Дюрвиль. Он случайно увидел античную статую в загоне для коз - именно там греческий крестьянин до поры до времени решил хранить свою находку, чтобы потом



продать ее подороже. В этой истории также не обошлось без конфликта с турками, которые тоже хотели завладеть красивой статуей.

Венера якобы несколько раз переходила из одного лагеря в другой: каждый тянул ее на свою сторону. В итоге победили французы, но в результате распри шедевр лишился рук. В таком виде Венеру и отправили в Париж, а мраморные руки в спешке позабыли в порту. Так их до сих пор и не нашли...

В Лувре Венеру поместили в отдельном зале как одно из самых больших сокровищ этого музея.

Интрига века

Не сохранившиеся почти до плеч руки статуи не позволяют реконструировать скульптуру, зато дают простор воображению: появились **самые разные версии** о первоначальном облике Венеры.

По одной из легенд, на момент обнаружения фигура была разломана на два больших фрагмента. И якобы в левой руке богиня держала яблоко. Согласно другой версии, Афродита поддерживала руками свои одеяния.

Сегодня полуобнаженная, женственная и одновременно сильная фигура богини любви, пережившая такую трагичную историю, по-прежнему вызывает восхищение и, несмотря на полученные повреждения, **остается воплощением гармонии и красоты, воскрешает идеалы классического греческого искусства.**

В истории искусства известно множество случаев, когда произведения известных мастеров сильно пострадали из-за небрежного к ним отношения или просто по нелепой случайности.

Пикассо и не снилось

В 2006 году крупнейший в США частный коллекционер живописи, миллиардер Стив Уинн, решил продать принадлежавшую ему картину Пикассо «Сон» за 139 миллионов долларов. Перед продажей он в последний раз продемонстрировал друзьям «жемчужину» своего собрания и при этом так активно жестикулировал, что случайно задел полотно локтем - в центре картины образовалась небольшая дырка.

Все присутствовавшие при невольном «акте вандализма» пережили шок. Коллекционеру пришлось отказаться от продажи картины, и после реставрации он уже не расставался с полотном.

Хрупкие ценности

Однажды посетитель кембриджского Музея Фитцуильяма, наступив на собственный развязавшийся шнурок, упал с лестницы и сшиб несколько китайских ваз, возраст которых составлял 300 лет. Фарфор династии Цин, правившей в XVII веке, был одним из ценнейших экспонатов музея.

Трудоемкая уборка отняла у сотрудников музея два с половиной дня - ведь нужно было подобрать и сохранить все осколки до мельчайшей крошки. А реставрация ваз (одна из них, кстати, весила 45 кг!) продлилась полгода. Посетителя арестовали, но затем освободили без предъявления обвинений. А вазы вернулись в экспозицию.

Символ трагического бытия

Полотно «Ваза с пятью подсолнухами», написанное Ван Гогом в 1888

Осторожно, шедевр!

году, входило в цикл «Подсолнухи». Эти цветы имели для художника особое значение: желтый цвет олицетворяет дружбу и надежду, в то время как цветок сам по себе представляется символом всего нашего бытия - прекрасного и трагического.

В 1920 году «Ваза с пятью подсолнухами» была привезена в Японию, где ее купил местный ценитель искусства Коята Ямамото. Она хранилась в банковском сейфе, где и сгорела в 1945 году во время военных действий.

Многострадальное творение

Свой шедевр, фреску «Тайная вечеря», размером примерно 450 на 870 см, изображающую сцену последнего ужина Христа со своими учениками, Леонардо да Винчи написал в 1495-1498 годы в доминиканском монастыре Санта-Мария-делле-Грации в Милане.

Он решил покрыть каменную стену слоем смолы, гипса и мастики, а затем писать по этому слою темперой. Из-за неудачно выбранного метода роспись начала разрушаться уже через несколько лет после окончания работы. А через полвека была объявлена «непоправимо испорченной».

В конце XVII века в стене проделали дверной проем, позднее заложенный кирпичом (его видно до сих пор в середине основания росписи). В результате исчезла центральная часть фрески, где были изображены ноги Иисуса. Ранние копии дают основание считать, что ступни Иисуса были в положении, символизовавшем предстоящее распятие.

В XVIII веке фреску с целью защиты завесили тканью. Но драпировка пере-

крывала испарение влаги с поверхности, а когда занавесь откидывали, она царапала отшелушивающуюся краску. В конце XVIII века французские войска использовали трапезную как оружейный склад: они бросали камни в роспись и даже забирались на лестницы, чтобы выцарапать апостолам глаза. Во время Второй мировой войны трапезная подверглась бомбежке. Мешки с песком защитили роспись от осколков, но вредное воздействие оказала вибрация.

Предпринималась не одна попытка отреставрировать шедевр. Последняя по времени реставрация отняла 21 год и продолжалась до 28 мая 1999 года. Когда фреска была торжественно открыта, поднялись жаркие споры по поводу сильного изменения цветов, искажения тонов и даже лиц у нескольких фигур.

Приняли за хулиганство

С произведением современного выдающегося художника Бэнкси произошла тоже довольно печальная история: его роспись спасти не удалось.

Некогда анонимный британский художник, назвавший себя Бэнкси и творящий в стиле граффити, прославился своими политически окрашенными, провокационными да и просто оригинальными работами. Его произведения стали чрезвычайно популярными на аукционе произведений современных художников Sotheby's в Лондоне.

Так, изображение сцены из фильма «Криминальное чтиво» Квентина Тарантино, на котором Сэмюэль Джексон и Джон Траволта держат бананы вместо пистолетов, оценивалось в 500 тыс. долларов (когда-то это была рекордная для мастера граффити цена). Эта «фреска» была нарисована на стене электроподстанции, расположенной недалеко от Олд-Стрит в Лондоне.

И однажды с этой известной работой художника-«партизана» произошел неприятный курьез. Транспортные рабочие Лондона уничтожили изображение: они просто закрасили «фреску», потому что сочли ее обычным граффити, «пачканием» стен.

Шедевр, конечно, жаль, но в целом этот случай пошел Бэнкси на пользу: его работы после печальной истории стали стоить дороже.

По материалам Интернета.



«Тайная вечеря» Леонардо да Винчи.

Вне брака и закона



Историю творят внебрачные дети великих - ведь у них больше, чем у кого-либо, стимулов добиться того, чего они лишены.

Место под солнцем

Не секрет, что сильные мира сего вынуждены жениться не по любви, а руководствуясь вопросами политики и экономики. Поэтому неудивительно, что **короли и вельможи частенько пренебрегали догмами церкви о святости семейных уз.** От греховной любви рождались те, кого в Средние века называли **бастардами.** Их положение было незавидным: с одной стороны, в их жилах текла аристократическая кровь, с другой - они были лишены всех полагающихся дворянам прав и привилегий. **Однако истории известны случаи, когда внебрачные дети добивались того, что законным отпрыскам и не снилось.**

И кто тут меня дразнил?!

У одного нормандского лорда был внебрачный сын, которого звали Вильгельмом. Лорд умер, не оставив наследника, и незаконнорожденный Вильгельм унаследовал его владения. Вильгельм все время проводил в походах, постоянно расширяя свои владения, но несмотря на все могущество, к нему намертво приклеилась кличка **Бастард.**

Затем Вильгельм захватил большой остров к северу от своих владений и стал там **королем.** Впрочем, ненавидевшие его подданные так и называли своего монарха бастардом.

Незаконнорожденный сын лорда, столь удачно расширивший отцовские владения, был **Вильгельмом Завоевателем, королем Британии.**

Дочь народа или королевы?

Жанна д'Арк, по легенде, была дочерью простого пахаря. Однако эта версия вызывает большие сомнения у историков. Во-первых, сама фамилия Орлеанской Девы «сигнализирует» о ее дворянском происхождении. Во-вторых, сама Жанна на допросах инквизиции призналась, что никогда в жизни не занималась крестьянской работой - она понятия не имела, что значит пахать или убирать урожай. Зато она умела фехтовать, играть на музыкальных инструментах, сочинять стихи - в общем, знала все, что следовало знать воспитанному рыцарю. Вдобавок Дева Жанетта (так ее называли) нередко принимала участие в

Все благодаря ножкам!

Эта история произошла во времена английского короля Карла II. В свите его невестки герцогини Йоркской была одна молодая особа из небогатого рода - **Арабелла Черчилль.** Особой красотой она не отличалась, и никто не обращал на нее внимания.

Однажды на охоте мисс Арабелла свалилась с коня и потеряла сознание. При падении платье девушки задралось, показав ее ножки больше, чем полагалось. Герцог Йоркский, будущий король, и придворные, поспешившие на помощь даме, были поражены - **как такие красивые ножки могли принадлежать такому невзрачному существу, как мисс Арабелла!**

Результатом этого происшествия на охоте стали трое детей, которых Арабелла Черчилль родила будущему королю. **Среди их потомков был премьер-министр Британии Уинстон Черчилль.**

Ничего удивительного! По словам биографов, Черчилли - не первый род, возвысившийся благодаря падению женщины.

рыцарских турнирах - а если бы она была крестьянкой по происхождению, ей просто не разрешили бы сражаться, турниры были привилегией знати. Более того, снаряжаясь на войну с англичанами, Жанна не скупилась. **«Когда моя шкатулка опустеет, король вновь ее наполнит», - говорила она.**

Историки считают, что Жанна д'Арк была дочерью **королевы Изабеллы Баварской - дамы, известной своим бурным темпераментом.** Вот почему мнимая крестьянка запросто общалась с особами королевской крови.

Наши не хуже

В России бастардов было не меньше, чем в Европе. Начнем с того, что креститель Руси, Владимир Святой, был сыном князя Святослава Игоревича и... Малуши-ключницы. Победив двух своих братьев, законных детей князя, Владимир захватил и киевский престол.

Кем был «сероглазый король»?

«Мама, не королевствуй!»

Версия о тайной любви поэтессы и последнего русского царя на первый взгляд кажется нелепой. Однако она странным образом объясняет все нестыковки, которые исследователи находят в биографии Ахматовой.

Во-первых, почему Ахматова? У Анны Горенко были другие, куда более выигрышные варианты для поэтического псевдонима. Например, **Булгина** - ведь она состояла в родстве с первой русской поэтессой Анной Буниной. Такая «раскрученная» фамилия, можно сказать, бренд - удача для начинающего литератора. Но Анна Андреевна почему-то не воспользовалась таким шансом, выбрав фамилию бабки по материнской линии. Псевдоним **«Ахматова»** (от хана Ахмада) должен был подчеркнуть принадлежность к княжескому роду.

Во-вторых, выросшая в мещанской семье (так она сама говорила) Ахматова демонстрировала несоответствующие ее окружению манеры - вела себя, как царица. Вот что вспоминал Корней Чуковский: **«В ее глазах, в осанке и в ее обращении с людьми наметилась одна главнейшая особенность ее личности: величавость царственная, монументально важная поступь...»** А сын Ахматовой, Лев Гумилев, частенько даже одергивал поэтессу: «Мама, не королевствуй!».

В-третьих, у литературоведов вызывает сомнения громкий успех первых двух поэтических сборников Ахматовой - «Вечера» (1912) и «Четок» (1914). Сама поэтесса впоследствии говорила, что стихи, вошедшие в эти книги, были юношескими и незрелыми. Да и муж Ахматовой Николай Гумилев высказывался о творениях супруги весьма критически - и не торопился публиковать их в своем объединении «Цех поэтов». Почему же стихотворения пришли по вкусу критикам?

«Этот может меня приручить»

Наталья и Владимир Евсёевы более десяти лет жили в эмиграции



Петербургские исследователи Владимир и Наталья Евсёевы высказали сенсационную версию: у поэтессы Анны Ахматовой был роман с последним русским императором Николаем II. А сын Анны Андреевны Лев Гумилев - потомок венценосного дома Романовых.

в Провансе. Именно там они встречались с потомками русских дворян - и те рассказали исследователям, что в 1910-е годы Ахматова была фавориткой Николая II! Подтверждение этому слуху есть и в воспоминаниях современника Ахматовой художника Юрия Анненкова: **«Вся литературная публика в те годы судачила о романе Николая II и Ахматовой».**

Как могла Ахматова познакомиться с царем? Оказывается, властители в те времена были гораздо ближе к народу, чем нынче.

Поэтесса жила в Безымянном переулке Царского села, а окна ее дома выходили на Александровский дворец - резиденцию царской семьи. То есть Анна Андреевна могла запросто столкнуться с Николаем II на прогулке.

Подтверждение этому - в стихах Ахматовой. В ее первом сборнике «Вечер» то и дело встречается **образ сероглазого короля**, счастье с которым почему-то невозможно. А по воспоминаниям современников у Николая II были серые лучистые глаза...

Вот, например, что пишет Ахматова в своем стихотворении «Смятение»:

«Было душно от жгучего света,
А взгляды его - как лучи.
Я только вздрогнула: этот
Может меня приручить».

Теперь становится понятен успех первых сборников поэтессы: кто бы осмелился критиковать царскую фаворитку? Да и свои величественные манеры она переняла от Николая II (его прежняя любовница балерина Матильда Кшесинская, по свидетельствам современников, тоже вела себя, как королева).

Зато сборники Ахматовой, вышедшие после падения Романовых, признания не получили.

Нелюбимый муж

Во время гипотетического романа с Николаем II Ахматова была замужем за поэтом Николаем Гумилевым. Этот брак не заладился с самого начала. **«Николай Степанович всегда был холост. Я не представляю себе его женатым.** Скоро после рождения Левы (1912 год) мы молча дали друг другу полную свободу и перестали интересоваться интимной стороной жизни друг друга», - вспоминала впоследствии поэтесса.

Сына Льва («царственное» имя) Николай Гумилев никогда не любил. **Не потому ли, что Лев Гумилев не был сыном поэта?** Эмма Герштейн, современница Ахматовой, писала: **«Она ненавидела свое стихотворение «Сероглазый король» - потому что ее ребенок был от Короля, а не от мужа».**

В этом случае арест Льва Гумилева и годы, проведенные в лагерях, не выглядят странными.

По материалам Интернета.
Фото ИТАР-ТАСС.



Все болезни от нервов?

Правильные мысли исцеляют недуги

«Все болезни - от нервов», - слышим мы от знакомых в ответ на свои жалобы. И, как правило, не придаем фразе значения. А зря! Ученые доказали, что по меньшей мере половина наших недугов возникает в результате волнений, сильных переживаний, стресса и депрессий. А многие сторонники нетрадиционной медицины вообще ставят состояние нашего здоровья в прямую зависимость от состояния духа. Зависть, ревность, агрессия порождают такие страшные болезни, что только держись!



Язык тела

Вспомните, какие ощущения вы испытываете во время ссоры с близким человеком. Сердце бешено стучит, кровь приливает к лицу, учащаются дыхание и пульс. Вы нервничаете, и тело тут же реагирует на ваши эмоции. В результате может разболеться голова или подскочить давление. Перестали волноваться - тело успокоилось.

Психологические реакции включают как подготовку к определенным действиям. Когда мы напуганы, тело готово к бегству, когда находимся в депрессии - голова и тело протестуют против любого вида работы, когда счастливы, наоборот, готовы горы свернуть.

Симур Эпштейн, профессор психологии Массачусетского университета (США), утверждает: **наше здоровье напрямую зависит от настроения и отношения к жизни.** Сколько бы вы не пили витаминов, не занимались в спортзале и не питались по всем правилам, если на душе кошки скребут - будете ощущать себя разбитым корытом.

Неутихающие споры

Ученые до сих пор не могут прийти к единому мнению, насколько велика зависимость нашего самочувствия от состояния духа. Некоторые сторонники традиционной медицины напрочь отрицают эту связь и продолжают сражаться с симптомами болезни, часто так и не обнаружив причины недуга.

Другая категория специалистов признает, что большое влияние на самочувствие оказывают наследственность, питание, физические перегрузки, но не исключают из этого списка и такой важный фактор как **психологический стресс.**

Доходяга-пессимист

Многочисленные исследования подтверждают, что **оптимисты обращаются к врачу гораздо реже пессимистов.** Среди них меньше людей, страдающих кожными заболеваниями, инфекциями, головными болями.

Напротив, человек с низкой самооценкой, который считает себя ни на что не годным и не имеет целей в жизни, часто подвергается простудам, мигреням и хроническим заболеваниям. Такие люди не заботятся о себе: неправильно питаются, мало спят. «К чему такие хлопоты, если я все равно не могу ничего изменить?» - думают они. И когда дело доходит до серьезных заболеваний, пессимисты не знают, как справиться с недугом.

Ряд исследователей настаивают на том, что тревога и нервное напряжение могут стать даже причинами возникновения онкологических заболеваний. В некоторых клиниках Германии, например, существуют программы по психологической реабилитации больных раком. Как показала практика, психотерапия облегчает течение рака и снижает рецидивы этого заболевания на 30 процентов. Однако основой любого заболевания являются **физиологические причины**, поэтому кроме самовнушения человеку необходима помощь медиков.

Вы простужены? Пора отдохнуть

Осанка и внешний вид человека могут немало поведать о его здоровье и характере.

Сутулость, опущенные плечи, боли в спине - проявления депрессии. Она мучает людей, оставшихся в трудную минуту один на один с проблемой, без поддержки. Недаром существует выражение «горе его согнуло».

Непроходящие простуды нередко сигнализируют о том, что ваши нервы на пределе. Если у вас авитаминоз, упадок сил, бледный вид, пора остановиться и сделать передышку в делах, иначе рискуете заработать невроз.

Проблемы с шеей (остеохондроз, например) возникает у людей, которые тянут на себе ношу чужих проблем и не могут отказать своим «наездникам». Как правило, эти люди считают свое мнение единственным верным и не желают прислушиваться к другим, а также не доверяют окружающим.

Болезни дыхания возникают у тех, кто боится перемен в жизни, пасует перед трудностями и не хочет брать на себя лишнюю ответственность. В полную грудь дышат уверенные в своих силах люди.

Российский писатель и психолог Александр Свияш в своей книге «Как жить без переживаний» рассказывает, как освободиться от отрицательных эмоций.

Не расплескать «сосуд кармы»

Согласно его методике, у каждого человека есть так называемый «сосуд кармы» - условное место в душе, где скапливается негатив. Чем больше вы нервничаете, расстраиваетесь и тревожитесь, тем полнее ваш «сосуд».

Свияш учит, что у в меру удачливых людей «сосуд кармы» наполнен наполовину (50 процентов). Такой человек обычно вполне доволен жизнью; и здоровье у него в норме. При наполнении «сосуда» до 60 процентов в жизни человека все в общем-то неплохо, но могло бы быть и лучше. 70 процентов - начинаются проблемы: все валится из рук, настроения нет, одолевает тоска. После того как «сосуд кармы» наполнится на 80 процентов, начинаются серьезные неприятности: болезни, неприятности на работе, несчастные случаи.

Чтобы всегда быть в приподнятом настроении, необходимо периодически опустошать «сосуд». Причем начинать чистку нужно не с физического тела, а с души.

Переписать память. Истоки наших страхов, как правило, теряются в прошлом. Например, в детстве кто-то напугал вас на темной улице, и с тех пор вы боитесь темноты. Или боитесь ездить в машине после случившейся с вами аварии. Отсюда неврозы и напряжение. Как преодолеть страхи?

Александр Свияш предлагает переписать информацию, хранящуюся в вашем кармическом теле. **Изменить прошлое нельзя - оно прошло и его не вернуть. А вот**

память о нем можно изменить с помощью нежного упражнения.

Оставши в одиночестве, сядьте поудобнее, закройте глаза, расслабьтесь. Постойте в подробностях вспомнить бытие, в результате которого у вас появилась фобия. Затем «отмотайте» картинку назад, к началу события. Сознательно придумайте благополучный конец. Мысленно поблагодарите Бога и своего ангела-хранителя за помощь и избавление от беды.

Учимся прощать. Ссоры с близкими людьми и друзьями способны довести до нервного срыва кого угодно. Причем даже после примирения наши переживания куда не исчезают. Они

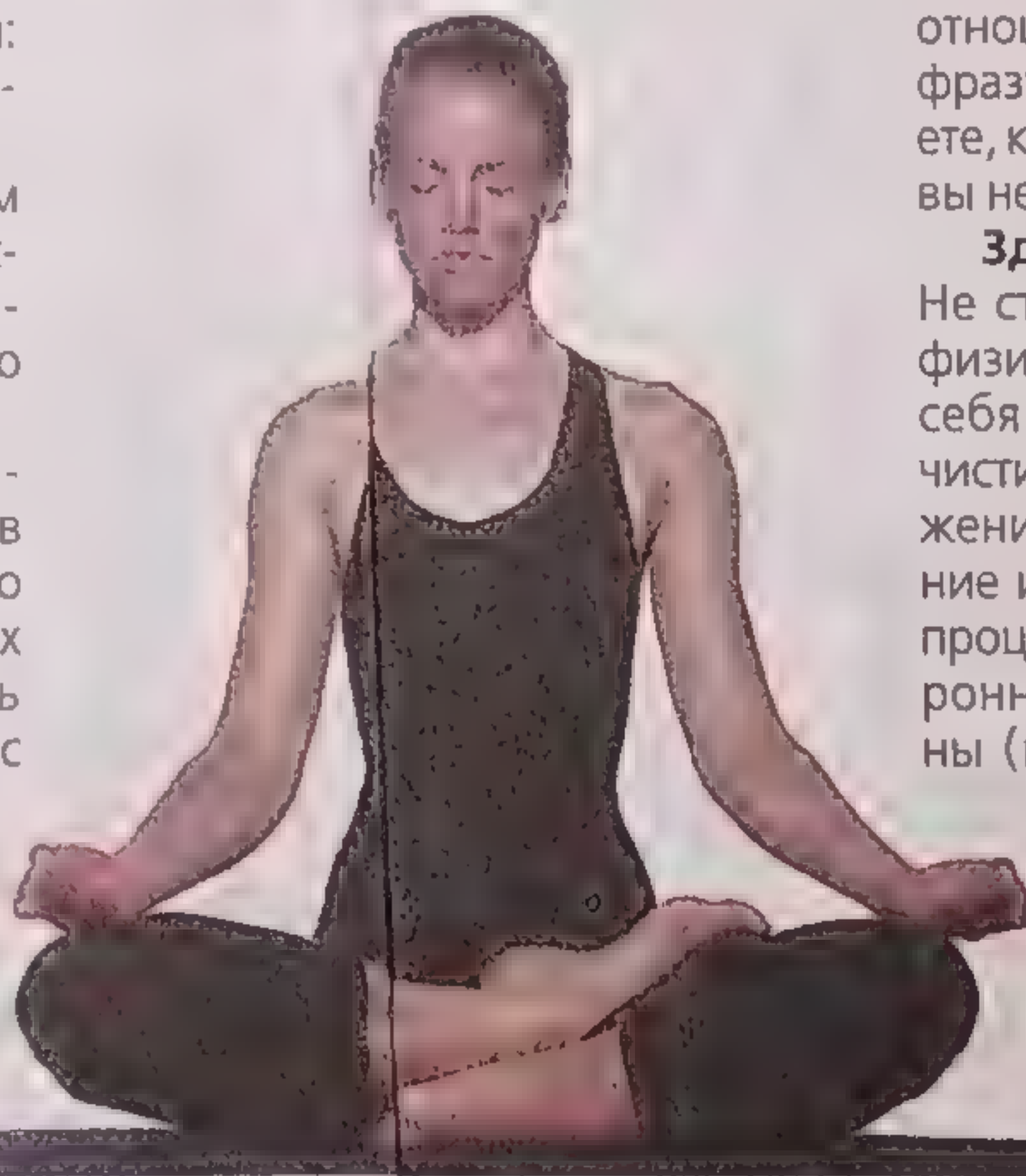
откладываются в памяти и порой являются инициаторами вспышки очередных негативных эмоций. Стоит только увидеть на улице человека, чуть похожего на обидчика, как тут же вспоминаешь и вновь переживаешь все обиды, тем самым лишь усиливая их. Что делать?

Вспомните людей, к которым вы испытывали или испытываете негативные эмоции. Упражнение можно выполнять в любое время (когда вы идете по улице, едете в автобусе, стоите в очереди). Начинайте мысленно многократно подряд повторять фразу: «С любовью и благодарностью я прощаю (имя человека) и принимаю его таким, каким его создал Бог. Я прошу прощения за мои мысли и эмоции по отношению к нему». Повторяйте эту фразу как можно чаще и вы почувствуете, как постепенно обиды проходят, и вы не держите зла на этого человека.

Здоровое тело - здоровая душа.

Не стоит также забывать и о своем физическом теле. Чтобы чувствовать себя хорошо, нужно периодически чистить организм от шлаков и отложений. Для этого подойдет голодание или специальные очистительные процедуры, которые предлагают сторонники нетрадиционной медицины (например, методы популярного Геннадия Малахова и других авторов).

Выяснив истинную причину недуга, поменяв отношение к себе и текущим событиям, можно навсегда избавиться от мучающих вас болезней.



Стресс заказывали?

Бывает и так, что люди специально вгоняют себя в стрессовое состояние. Для чего? Чтобы в ответственные моменты стресс помог лучше концентрироваться и решать проблемы.

Итак, стресс:

- дает адреналиновую встряску и бодрит, когда жизни недостаточно риска;
- позволяет держать дистанцию: если человек боится отношений, он может с головой уйти в работу;
- позволяет избегать ответственности: человек уходит от проблем, ссылаясь на излишнюю занятость и «более важные» дела.

Время расправить плечи

Повышенная раздражительность, слезы «на пустом месте», повышенная тревожность — явные признаки того, что ваши нервы потихоньку сдают и пора приниматься за восстановление внутреннего равновесия.

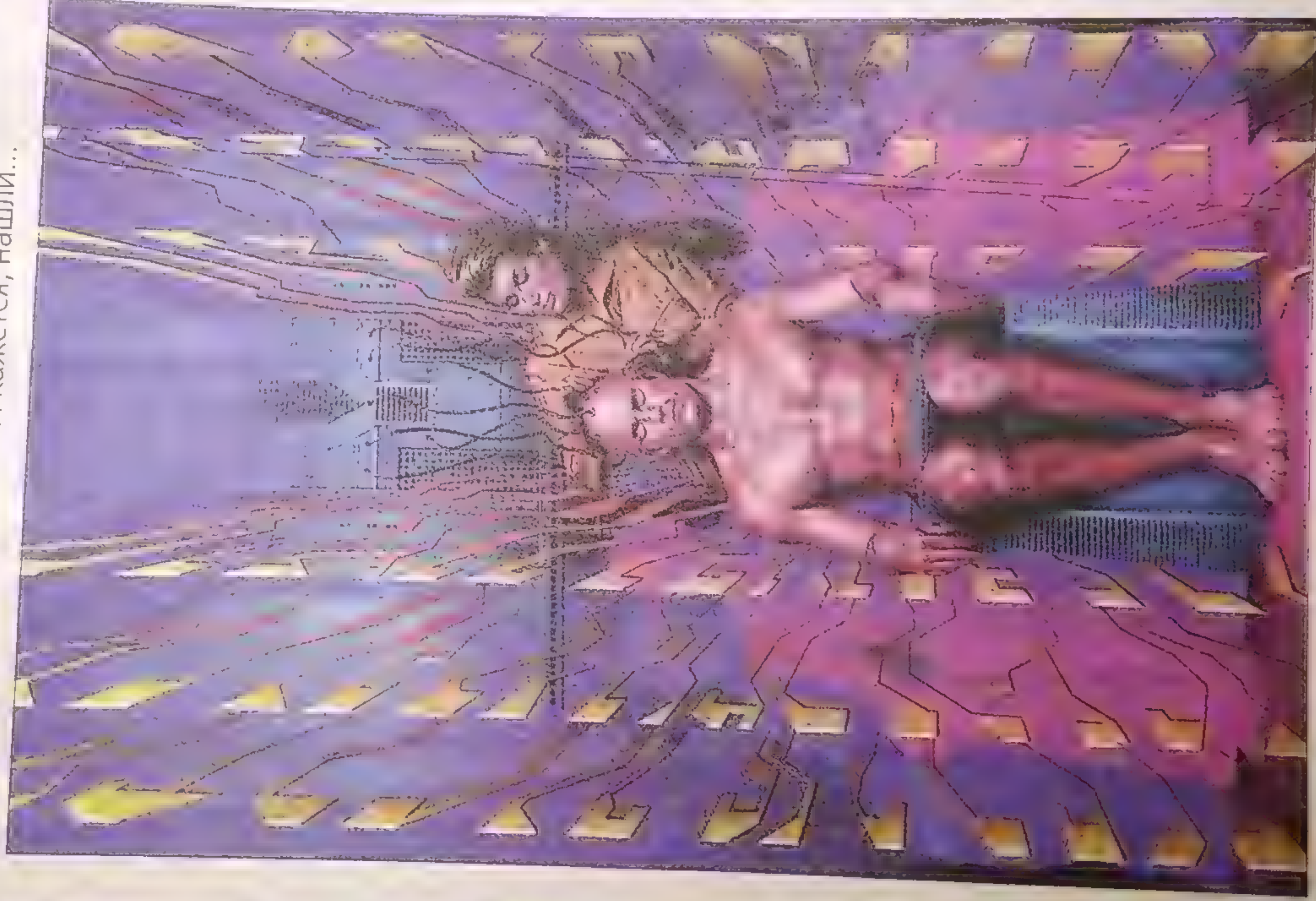
Попробуйте такое простое, но весьма действенное упражнение: сначала медленно опустите голову на грудь и сведите плечи вперед (как будто закрываетесь), а потом поднимите голову и максимально расправьте плечи.

Это упражнение отлично помогает ощутить прилив сил и поднимает настроение.

По волнам моей памяти

Станем ли мы счастливее, забыв все плохое?

Жить с грузом неприятных, травмирующих воспоминаний под силу не каждому. Если одних тяжелое испытание закалит, других научит не наступать дважды на сци и те же грабли, то третьих запросто вгонит в гроб. Вспомнит от запаса прочности конкретного человека. Ученые, решившись не полагаться на столь непостоянный и ненадежный ресурс, последние десятилетия активно искали средства, позволяющие стирать из памяти негативные воспоминания. И кажется, нашли...



Укололся и порядок

Если верить ученым из Медицинского колледжа штата Джорджия, то через каких-нибудь десять-пятнадцать лет любой из нас по собственной воле сможет выборочно **изымать из памяти дурные воспоминания без каких-либо последствий для работы мозга в целом**. Как говорится, достаточно одной таблетки - и все начинай жизнь сначала, не ведая боли, горя и разочарований.

Но «уколоться и забыть» пока можно лишь подопытным мышам. Именно на этих грызунах нейробиологи отработывали молекулярный механизм, позволяющий быстро удалять из памяти **информацию, вызывающую психологические травмы или устойчивые неприятные ощущения**.

О возможности стирать из памяти человека неприятные воспоминания исследователи (а также фантасты и сценаристы Голливуда) задумывались очень давно. Соответствующие работы велись в научных лабораториях США, Франции, Голландии, Великобритании, Израиля и России. И практически все исследователи добились успеха!

Так, в израильском Институте имени Вейцмана, где психобиологи изыскивали лекарство от слабоумия, был найден **способ стирания долгосрочной памяти**. А голландские специалисты научились **«подчищать» человеческую память** с помощью лекарства от высокого давления. Именно «подчищать», ибо коллектив под руководством Мерел Киндт из университета Амстердама сузил область исследования до одной лишь эмоциональной памяти. Ученые посчитали, что любой опыт, даже сверхнегативный, все равно необходим человеку, а потому надо уничтожать память не о нем (то есть память не фактическую), а о страданиях, которые он причинил, - **память эмоциональную**. По большому счету именно страх пережитого - эмоции в чистом виде - заставляет миллионы пациентов с посттравматическим синдромом терзаться, вспоминая о трагедии снова и снова.

«За» и «против»

Да это же мечта всех психотерапевтов! Обычно на то, чтобы пациент примирился с какими-то ужасными событиями

в своей жизни, уходят годы. Самое обидное, что **сеансы психотерапии помогают далеко не всегда.**

Сообщение о появлении таблеток, стирающих память, вызвало большой общественный резонанс. Но помимо голосов «за» высказались и противники этой идеи. Их аргументы:

«Любой опыт пригодится в будущем, в том числе и отрицательный».

«Необходимо говорить и обсуждать все неприятные моменты в жизни каждого человека! Но ни в коем случае не забывать и не подавлять в себе!»

«Сделай выводы и живи дальше. Прошлое изменить нельзя».

А вот с этим утверждением стоит поспорить.

Мой папа - насильник!

30 лет назад в США разразился скандал: вполне сознательные граждане «пачками» начали сдавать своих родителей в полицию. Обвинение всегда было одно и то же: якобы папы и мамы надругались над ними в детстве.

Поначалу суд безжалостно отправлял растлителей за решетку. Но количество изобличенных извращенцев росло как снежный ком. Юристы насторожились и поручили психологам разобраться, что к чему. Выяснилось, что **большинство «потерпевших» вспомнили об «ужасах детства» после посещения психоаналитиков.** Те как раз активно входили в моду и нещадно эксплуатировали Зигмунда Фрейда, зачастую неверно трактуя его «психологию бессознательного». Результаты подобного «эскулапства» оказались печальными.

Одна девушка, например, упорно доказывала судье, что родной отец регулярно насиловал ее на протяжении семи лет. Но медицинская экспертиза установила... девственность «потерпевшей». Дело развалилось прямо на глазах, как и множество других, ему подобных. Как выяснилось, в подавляющем большинстве случаев никто никого не насиловал. **Воспоминания оказались ложными.**

Собственно, уже тогда - 30 лет назад - стало ясно, что **человеческой памятью можно управлять.** Был принят специальный кодекс, регламентирующий работу психотерапевтов, а психологи взялись внимательно постигать механизмы образования ложной памяти. И изрядно в этом преуспели.

Ложные воспоминания

Насколько вы доверяете собственной памяти? Можете ли вы поручиться, что в прошлом все было именно так, как вы запомнили? То есть трава и правда была зеленее, а девицы много моложе? Не

стоит улыбаться. Ибо хотим мы того или нет, но **наша память - предмет крайне субъективный и эмоциональный.**

Воспоминания, во всяком случае те, что касаются нас самих, то есть автобиографические, отнюдь не копируют произошедшие события. Спросите супругов со стажем о дне их свадьбы: оба вспомнят одни и те же факты совершенно по-разному. Это обыкновенное свойство человеческой памяти, которая **отнюдь не воспроизводит эпизоды из прошлого, а лишь реконструирует их,** и то со множеством изменений. Поэтому всякий раз, отправляясь в «путешествие по волнам памяти», мы вызываем к жизни что-то ушедшее, освежаем его и поневоле **привносим нечто новое.**

Это все равно что убрать на антресоли красный шарф, а достать бордовый или малиновый... Получается, что механизм создания ложных воспоминаний заложен в человеке самой природой.

Память - необыкновенно гибкий элемент: при желании в нее можно «встроить» что угодно - не исключая событий, которые сами никогда не происходили. И вот это уже по-настоящему страшно.

Большой брат следит за тобой

«Психологи уже многое узнали о природе ложных воспоминаний. Думаю, **через несколько десятилетий ученые научатся создавать их искусственно.** Но я боюсь, что какому-нибудь новому Джорджу Оруэллу придется написать антиутопию «2084» - о новом виде тоталитарного общества, где власть управляет воспоминаниями», это бьет тревогу ученый с мировым

именем Элизабет Лофтус, профессор психологии университетов Калифорнии и Вашингтона, один из ведущих специалистов по психологическим механизмам памяти. Ученая дама всерьез опасается того, что податливостью и **убкостью человеческой памяти смогут воспользоваться в своих целях не гуманных целях политики.**

Можно представить появление на сцене целой индустрии ложных воспоминаний. А оттуда уже и до возникновения тоталитарного общества, контролирующего воспоминания людей, недалеко.

Если вы возьмете на себя труд немного пофантазировать в этом направлении, то и у вас волосы на голове встанут дыбом.

Представьте, **что бы было, если бы Гитлер, например, научился стирать ненужные воспоминания и подменять их на «правильные»?** А где гарантия того, что не появится новый Адольф, новый Большой брат, который будет пристально следить за всеми нами и подвергать цензуре наши мысли, вырезая лишние, неудобные, вредные, опасные?

Сегодня мышей избавили от неприятных воспоминаний - дали им таблетки. Завтра подобные препараты помогут людям, пережившим трагедию, справиться с посттравматическим синдромом, избавиться от депрессии. А послезавтра **волшебные пилюли сотрут ваши воспоминания о предательстве, преступлении, коррупции, несправедливости.**

Конечно, мы утрируем. И все же, все же...

Мнение эксперта

Опыт - сын ошибок трудных

Виктор БОЙКО, психолог:

- Я вообще не уверен, что от таких воспоминаний нужно избавляться. Память, какой бы ужасной она ни была, нам жизненно необходима. Хотя бы потому, что отрицательный опыт помогает нам избегать похожих ситуаций. **Избавиться от плохих воспоминаний и научиться жить с ними - это две большие разницы...**

Уверен, что каждый человек просто обязан понять и принять для себя тот факт, что наш жизненный опыт всегда только тот, который нам нравится. Не стоит забывать, что несчастье зачастую выступает в роли источника вдохновения. Много бы написал же Пушкин, если бы он жизнь примерного семьянина, не зная ни разочарований, ни потерь?

Порой **трагедия подталкивает человека к самореализации, к развитию,** выступает в роли дополнительного стимула к достижению цели.

К тому же в норме человеческий мозг способен блокировать воспоминания, причиняющие боль. Но, разумеется, не у всех этот механизм работает как часы. И когда происходят сбои, людям действительно нужна помощь. Но не уверен, что таковой окажется стирание памяти...

СТУПЕНИ

№ 22, 2010.



Оказывается, машина времени давно изобретена - это самолет. Авиаперевозчики самым чудесным образом умудряются доставлять своих пассажиров не только в самые разные уголки земной шара, но и из одного века в другой.

До сих пор неизвестно, почему так происходит: летит себе пилот где-нибудь над Нью-Йорком, и вдруг город под ним исчезает, превращаясь в мираж, а вместо него - бескрайняя прерия и ни души. Возможно, самолет, развивая скорость, преодолевает какой-то временной барьер. Или же крылатая машина почему-то «перескакивает» в другое измерение. Объяснения этому феномену до сих пор не придумали, хотя в военных архивах зафиксированы сотни таких случаев, происходящих по всему миру. Если бы от сообщений простых граждан можно было бы отмахнуться (дескать, мало ли что привидится), то в армии все четко: пилот обязан отчитаться обо всех аномалиях, произошедших за время полета.

Правда, у армейских архивов есть свой минус - они засекречены и, как следствие, недоступны для уфологов. Но иногда тайное все же становится явным.

Британский астрофизик **Гиберт Гайян** высказал остроумную гипотезу. Он предположил, что НЛО - не что иное, как такие вот путешественники по времени. Логично, что древнему египтянину суперсовременный истребитель покажется инопланетным кораблем.

Любопытно, что все подобные путешествия длятся, как правило, несколько минут, а потом пилот попадает обратно в свое время. И еще одна странность: все армейские отчеты говорят лишь о полетах в прошлое. Слетать в будущее еще никому не удалось, ахаль!

Вояж над Колизеем

Вот некоторые примеры полетов в прошлое и обратно, которые время от времени совершают военные пилоты.

1976 год - русский пилот Виктор Орлов, пролетая над территорией США в районе города Геттисберг, заметил, что внизу разворачиваются боевые действия. Амуниция солдат показалась ему незнакомой, а оружие - устаревшим. Когда летчик вернулся, то ради любопытства зашел в историческую энциклопедию. И оказалось, что в 1863 году возле Геттисберга было крупное сражение. Выходит, Орлов оказался в прошлом!

1985 год - пилот военно-воздушных сил НАТО внезапно совершил путешествие во времени и пространстве. Поднявшись в воздух с базы на севере Европы, летчик в мгновение ока оказался над Африкой, по просторам которой гуляли стада динозавров.

1986 год - пилот Александр Устимов вдруг перенесся в Древний Египет и стал свидетелем строительства пирамид.

1994 год - в этом году путешествие во времени совершили аж четыре летчика. Пилот Р. Уитмен из США, пролетавший над штатом Флорида, внезапно оказался в средневековой Европе. Он увидел огромный костер, гору мертвецов и людей в старинной одежде. Судя по всему, летчик попал в те времена, когда свирепствовала чума.

Пилот НАТО, пожелавший сохранить инкогнито, попал во времена античности. Он увидел под крылом своего самолета Рим времен расцвета империи - прекрасные здания, мраморные статуи и только что построенный Колизей. Впечатляющее путешествие!

Еще один летчик НАТО попал в самую гущу воздушного боя и, уворачиваясь от пуль, понял, что сражается с самолетами времен Второй мировой. Увидев незнакомый конструкцией истребитель, немцы и союзники обратились в бегство.

Сигареты еще дымилась...

В 1939 году пассажирский самолет, летевший из Рио-де-Жанейро в Боготу (Колумбия) внезапно исчез с экранов радаров. А затем появился и приземлился в точке назначения. Но с его пассажирами произошло нечто странное.

Самолет приземлился в аэропорту Боготы и замер на взлетной полосе, как большая птица. Никто не открывал люки, не опускал трап. Насторожившиеся работники аэропорта открыли двери снаружи.

В креслах сидели... скелеты! В пепельницах дымилась только что прикуренные сигареты, кое-где в подлокотниках кресел стояли бумажные стаканчики с еще дымящимся кофе. В салоне оказалось несколько газет - они были датированы 16 апреля 1939 года (тот самый день, когда самолет был в рейсе) и выглядели так, словно их только что привезли из типографии. Создавалось такое ощущение, что пять минут назад в салоне находились живые люди. Но все 36 пассажиров и членов экипажа злополучного рейса не только умерли, но и превратились в скелеты! Как такое могло произойти?

Ответ на этот вопрос неизвестен никому.

Специалисты по паранормальным явлениям выдвигают разные версии: возможно, самолет попал во временную «яму» или же его экипаж убил пришельцев. Остается загадкой и то, каким образом лайнер умудрился прибыть к месту назначения и благополучно приземлиться, если за его штурвалом сидел скелет.



«Мы потерялись в бездне времен»

В 1999 году в Интернете была опубликована сенсационная новость: рыбаки норвежского траулера спасли из океанских вод 10-месячную девочку, привязанную к спасательной шлюпке. На шлюпке черным по белому было написано: «Титаник».

Но откуда малышка взялась в этих водах? И почему она была привязана к шлюпке с «Титаника»? Именно в этом районе после столкновения с айсбергом затонул в начале прошлого века легендарный лайнер. А вот о крушении современных кораблей, на борту которых могла находиться малышка, никаких данных, наоборот, не было.

Неужели девочка - одна из пассажиров «Титаника»? Косвенным образом эту догадку подтверждают исторические документы. Покопавшись в архивах, норвежские ученые выяснили: среди пассажиров «Титаника» была одна девочка того же возраста, что и найденный.

Кстати, среди местных рыбаков ходят легенды о том, что в этих водах уже не раз «вылавливали» пассажиров легендарного лайнера. Якобы в середине 60-х годов норвежское судно подобрало какого-то доктора, утверждавшего, что он путешествовал в Америку на шикарном корабле под названием «Титаник». Узнав, какой нынче год, доктор за голову схватился. Прибыв в порт, рыбаки высадили жертву кораблекрушения, и он был таков.

Говорят, после этого экипажи норвежских и исландских рыболовных траулеров предупредили: будьте бдительны, вдруг выловите еще какого-нибудь пришельца из другого времени? А специалисты по паранормальным явлениям предположили: «Титаник» погубил не айсберг, а временная «яма».

Врата вечности уже открыты

В 1995 году в Антарктиду отправилась экспедиция ученых из США и Британии. Намереваясь взять пробы льда, они случайно заметили в небе над полюсом странный серый смерч...

Заинтересовавшись этим любопытным метеорологическим феноменом (раньше ничего такого в этих местах не наблюдалось), ученые подошли поближе, расставили оборудование. Время шло, а смерч не перемещался и не менял формы.

Тогда ученые решили запустить в него метеорологический зонд, крепко привязанный к стальному тросу. На зонде были установлены датчики, благодаря которым они надеялись узнать температуру, влажность и скорость ветра внутри смерча.

Смотав трос и вернув зонд, ученые

с изумлением обнаружили, что хронометр, установленный на зонде, показывает неправильную дату - 27 января 1965 года. День совпадал - 27 января, но вот год... Как будто бы хронометр побывал в прошлом! Все остальные приборы работали нормально.

Этот смерч - не что иное, как туннель, позволяющий проникнуть из одного времени в другое, предположили ученые. И все - проект по изучению «Врат вечности», как называли эту аномалию, был тут же засекречен. Однако информация о нем время от времени все же просачивается в прессу.

По последним данным, американцы ждут только разрешения президента, чтобы начать эксперименты по изменению истории. Чем нам это грозит? Предположить невозможно, ведь все в мире взаимосвязано. Не-

значительные, казалось бы, изменения могут иметь катастрофические последствия.

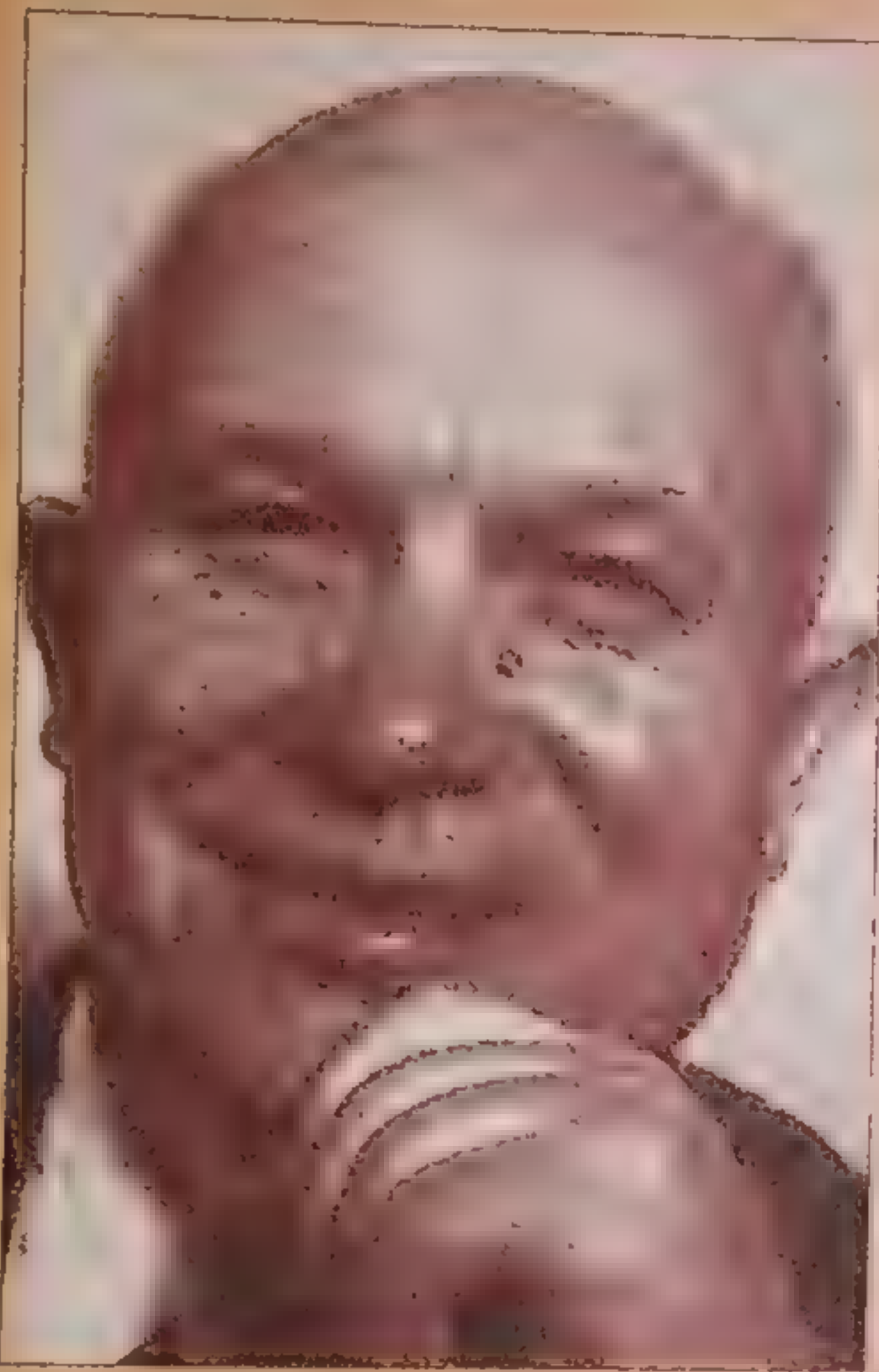
С одной стороны, отправившись в прошлое, мы сможем предотвратить войны и эпидемии, спасти миллионы жизней. С другой - любое вмешательство в ход истории может привести к неожиданному результату.

Пожалуй, лучшая иллюстрация на эту тему - фантастический рассказ Рэя Брэдбери «И грянул гром». Отправившись в прошлое поохотиться на динозавров, герой случайно раздавил там бабочку. А вернувшись в свое время, обнаружил, что привычный мир в самом буквальном смысле встал с ног на голову. Изменилось все, включая орфографию. Так стоит ли переписывать историю заново?

По материалам Интернета.

Найденные в кукурузе

Хрущев на самом деле был пришельцем из космоса!



Никита Сергеевич Хрущев вошел в историю России как один из самых эксцентричных руководителей. Это он посадил кукурузу и поднял целину, осудил культ личности и запретил авангардистов, обещал догнать и перегнать Америку и грозился ей кузькиной матерью. При Хрущеве Советский Союз испытал самую большую в мире атомную бомбу, которая едва не погубила всю планету.

Коварный «дурачок»?

Трудно представить, что все эти события выпали на сравнительно небольшой (11 лет) срок правления одного лидера. Именно они во многом определили дальнейшую судьбу не только нашей страны, но и всего мира. В частности, Карибский кризис стал первым толчком к атомному разоружению и самым серьезным поводом задуматься о хрупкой экологии нашей планеты. **Историки до сих пор спорят о личности Никиты Сергеевича. Но самые оригинальные версии выдвигают исследователи паранормальных явлений, которые считают, что Хрущев вовсе не был человеком.**

В июне 1953 года после смерти Вождя Народов в президиуме ЦК партии развернулась жесткая борьба за главную должность. Основным претендентом был всесильный Лаврентий Берия; простоватого Хрущева, за-

нимавшего пост первого секретаря Московского областного комитета партии, никто не рассматривал как серьезного кандидата. Однако именно ему удалось объединить вокруг себя политических оппонентов и сместить сначала «палача», затем - Жукова, позже - Молотова, Маленкова, Кагановича и всех, кто помог ему прийти к власти. Как же могли члены президиума в ответственный для страны момент сделать ставку на ненадежного и коварного Хрущева?

Именно в то время у Никиты Сергеевича открылся в полной мере дар оратора. Его речи, как и действия, не отличавшиеся последовательностью, никого не могли убедить и на самом деле противоречили законам логики. Однако каким-то образом **самые нелепые поступки и высказывания Хрущева вызывали наибольший восторг аудитории. Вспомним исто-**

рическое выступление в генеральной ассамблее ООН, когда Никита Сергеевич, войдя в азарт, стал стучать ботинком по трибуне. На метод НЛП (нейролингвистическое программирование) этот поступок никак не тянет. Однако энергетика, которой обладал советский лидер, действовала на окружающих завораживающе. **Неужели Хрущев обладал паранормальными способностями?**

Обнинское НЛО

Город Обнинск в Подмосковье был выбран советским руководством для строительства первой в мире атомной электростанции. По части НЛО там всегда было неспокойно, местные жители постоянно наблюдали странное свечение в небе, которое списывали на секретные работы. Однако в 1953 году, вскоре после смерти Сталина, свечение будто бы усилилось, стали регулярно появляться таинственные диски. К объекту стянули военных, поговаривали не то об аварии, не то об атаке американцев. А однажды приехал сам первый секретарь Московского обкома Хрущев. Вот что писал в своих воспоминаниях один из очевидцев того визита.

«...В бункере был синеватый приглушенный свет. Первые 10 минут было невозможно долго смотреть, потом глаза привыкли. Где-то в глубине бункера, в темноте угадывались очертания какого-то большого объекта, скрытого чехлом защитного цвета. Судя по всему, самолета или танка. Ни на один из известных мне образцов военной техники он не был похож. Вокруг стола стояли военные, человек 10, все в звании не ниже майора. **Никите Сергеевичу предложили сесть. Напротив него за столом сидел странный гражданин, невысокого роста, в плаще, который был больше его размеров на пять и таким образом полностью скрывал фигуру, наподобие мешка. Голову закрывала гигантская для его размеров шляпа. «Карлик или уродец», - подумал я. Никита Сергеевич, как обычно, несколько взволнованный, сел за стол напротив гражданина, заглянул под шляпу и хотел было выругаться, но матерное слово словно застыло на его губах. Выражение лица вдруг резко изменилось на сосредоточенно-спокойное, с легкой искоркой возбуждения. Минуты две он разглядывал лицо гражданина, потом резко встал и пошел к двери сбоку, ведущей в комнату поменьше. Нас тут же стали вытеснять к выходу, а карлик с двумя военными**

направились следом за Никитой Сергеевичем».

Вскоре после этой встречи свечение над Обнинском прекратилось, а город окончательно стал закрытым для всех, кроме ученых и военных.

Чужой в Политбюро

Что же это была за встреча и повлияла ли она на дальнейшее развитие внутрипартийной борьбы — однозначно утверждать нельзя. Однако именно после 1953 года в жизни Хрущева, Советского Союза



да и всего мира начались глобальные перемены, изменившие ход истории современной цивилизации. В 1957 году на орбиту вышел первый искусственный спутник, в 1961-м в космосе побывал Юрий Гагарин. Эти события расширили потенциальное место человека во Вселенной, выведя его за пределы Земли. Вместе с тем испытания Царь-бомбы, взрывная волна от которой три раза обогнула земной шар, и Карибский кризис во всей полноте показали человечеству опасность атомного оружия и хрупкость мира на Земле. Только чудом удалось избежать конфликта.

А может, никакого конфликта и не предполагалось? Может, это был наглядный урок, который хотели преподать людям «высшие» силы? «Высшие», то есть лидер СССР Никита Хрущев, или тот, кто мог оказаться вместо него после той встречи. Может быть, это был инопланетянин?

Хрущев проработал на высшем государственном посту 11 лет и стал единственным руководителем Российского государства (кроме Б.Н. Ельцина), который добровольно оставил должность и вышел на пенсию, согласно официальной версии, по причине болезни. Бывший заместитель заведующего отделом ЦК КПСС по связям с коммунистическими и рабочими партиями социалистических стран Николай Месяцев вспоминает:

«Никаким заговором Пленум не был, соблюдены все уставные нормы. На пост Первого секретаря Хрущева избрал Пленум. Пленум и освободил

его. В свое время Пленум рекомендовал Верховному Совету назначить Хрущева на пост Председателя Совмина. И в октябре 64-го Пленум внес рекомендацию в Верховный Совет о смещении его с этого поста. Уже перед Пленумом, на заседании Президиума, Хрущев сам признал: ему невозможно оставаться далее у руля государства и партии».

Как известно, власть портит людей. Может ли человек добровольно отказаться от власти? Или это под силу только инопланетянину?

Игорь МАЛДЕР,
«Загляни за горизонт».

За кого голосует шаман?

Политики всего мира прибегают к помощи потусторонних сил даже в наше время. Победу кандидатов на выборах определяют не только избиратели, но и астрологи, шаманы и другие обладатели альтернативных знаний.

- Служители нетрадиционных культов пытались решить исход последних выборов президента США: по всему миру различные шаманы проводили особые предвыборные ритуалы в поддержку нынешнего президента Барака Обамы. Самый массовый обряд поддержки кандидата прошел в Перу. Одиннадцать верховных шаманов со всей страны собрались, чтобы обкурить портрет Обамы волшебным дымом при помощи магических кадил и ритуального черепа.

Правда, двое из одиннадцати шаманов поддерживали конкурента Обамы, Джона Маккейна, так что его портрету тоже досталось магического дыма.

- Нынешнего Госсекретаря США Хиллари Клинтон тоже трудно назвать законченной материалисткой. В ходе первой предвыборной кампании своего мужа она неоднократно тайно встречалась с медиумом Джин Хьюстон. Та однажды рассказала журналистам, как во время спиритического сеанса в солярии Белого дома в 1995 году Хиллари погрузилась в транс и на какое-то время стала проводником для духов Элеоноры Рузвельт и Махатмы Ганди.

- В позапрошлом году в Абудже (столица Нигерии) разразился скандал: группа депутатов обви-

нила своего президента Олусегуна Обасанджо в использовании колдовства в политических целях. После серьезного разбирательства местные специалисты по оккультным наукам пришли к выводу, что влияние магии (если таковая применялась) было скорее благоприятным для страны.

- Советники Рональда Рейгана предпринимали титанические усилия, чтобы скрыть от американцев странные для руководителя сильнейшей державы мира увлечения: веру в НЛО и пришельцев, счастливые и несчастливые номера и т.д. Доходило до абсурда: когда Рейган узнал, что у купленного для его семьи дома «чертов» номер «666», он немедленно распорядился поменять нумерацию всех домов на этой улице так, чтобы на его особняк пришлось нейтральное число «668».

Кстати, своей блестящей политической карьерой семейство Бушей обязано астрологу Рональда Рейгана Джойс Джиллсон. Дело было так: перед выборами 1980 года глава США попросил Джиллсон помочь ему найти кандидата на пост вице-президента. И она посоветовала взять Буша-старшего. Главным аргументом было то, что Буш был Близнецом: именно этот знак зодиака лучше всего сочетается с Водолеем (Рейган).

Портрет с умершей бабушкой

На рубеже XIX и XX веков был чрезвычайно популярен жанр спиритической фотографии. За сходную плату фотографы-медиумы предлагали всем желающим сняться вместе со своими давно почившими родственниками. Для эксклюзивной фотосессии могли пригласить и какого-нибудь незнакомого духа.



«Она пришла ко мне случайно!»

Понятно, что подлинность такого рода фотографий весьма сомнительна - мошенники находились во все времена. Однако сама возможность войти в контакт с духом, хотя бы оказавшись с ним на одном фотоснимке, давал людям надежду на то, что загробная жизнь существует и, переступив роковую черту, они обязательно увидят своих близких.

О том, как возникла спиритическая фотография, подробно рассказывает сэр Артур Конан Дойл - под конец жизни знаменитый писатель не на шутку увлекся сверхъестественным.

Первым, кто получил фотографию призрака, был Уильям Мумлер из Бостона. Он работал гравером в ювелирной фирме, а на досуге увлекался фотографией и частенько снимал в студии своего приятеля. Как-то раз он решил сделать собственный портрет. Сфокусировав аппарат на пустом кресле, Мумлер настроил его так, чтобы он сработал лишь через несколько минут, а потом быстро встал возле кресла. Каково же было его удивление, когда, проявляя снимки, он заметил рядом с собой призрачную фигуру женщины. Но ведь когда он снимал, в комнате, кроме него, никого не было!

Призрак был как две капли воды похож на кузину фотографа, скончавшуюся 12 лет назад. Девушка сидела в кресле, причем на снимке можно было разглядеть, что она одета в платье с короткими рукавами, а дальше все растворялось в неясной дымке.

После этого случая Мумлер сделал еще несколько снимков духов. А когда о его сенсационных способностях стало известно широкой публике, он получил столько заказов на спиритические фото, что ему пришлось оставить свою старую работу и полностью посвятить себя общению с призраками.

Из чистого энтузиазма

Недавно сотрудник исторического музея Брэдфорда (Британия) обнаружил в антикварном магазине серию фотоснимков Уильяма Хоупа и купил их для коллекции музея. Кто же такой был этот Уильям Хоуп? Оказывается, в начале XX века он считался одним из самых популярных фотографов-спиритов. Однако в отличие от Уильяма Мумлера Хоуп не пытался зарабатывать на своем странном даре.

Как-то раз, работая на фабрике в около Манчестера, Хоуп «щелкнул» молодого рабочего на фоне кирпичной стены. Однако после проявки оказалось, что помимо парня на снимке

фигурирует некая призрачная леди. Когда фото увидел позировавший для него рабочий, он с удивлением опознал в незнакомке свою давно умершую сестру.

На следующий день Хоуп сделал еще одну фотографию парня - на том же месте и при помощи той же самой камеры. И привидение снова появилось на снимке! Правда, леди пришла уже не одна, а в компании с призраком какого-то мальчика.

С тех пор Хоуп начал фотографировать духов. Правда, долгое время он занимался этим только ради собственного интереса, а снимки «с чертовщиной» уничтожал сразу после проявки.

Однако потом он познакомился с известным любителем сверхъестественного архидьяконом Колли. Тот решил проверить фотографа: принес ему свою собственную камеру, зарядил ее помеченными пластинками. Хоуп лишь нажимал за затвор фотоаппарата. И все равно при проявке на фотографиях появлялись фигуры призраков!

С тех пор Уильям Хоуп занялся спиритической фотографией. Впрочем, он никогда не пытался спекулировать своим даром - его клиенты оплачивали лишь работу фотографа и расходные материалы.

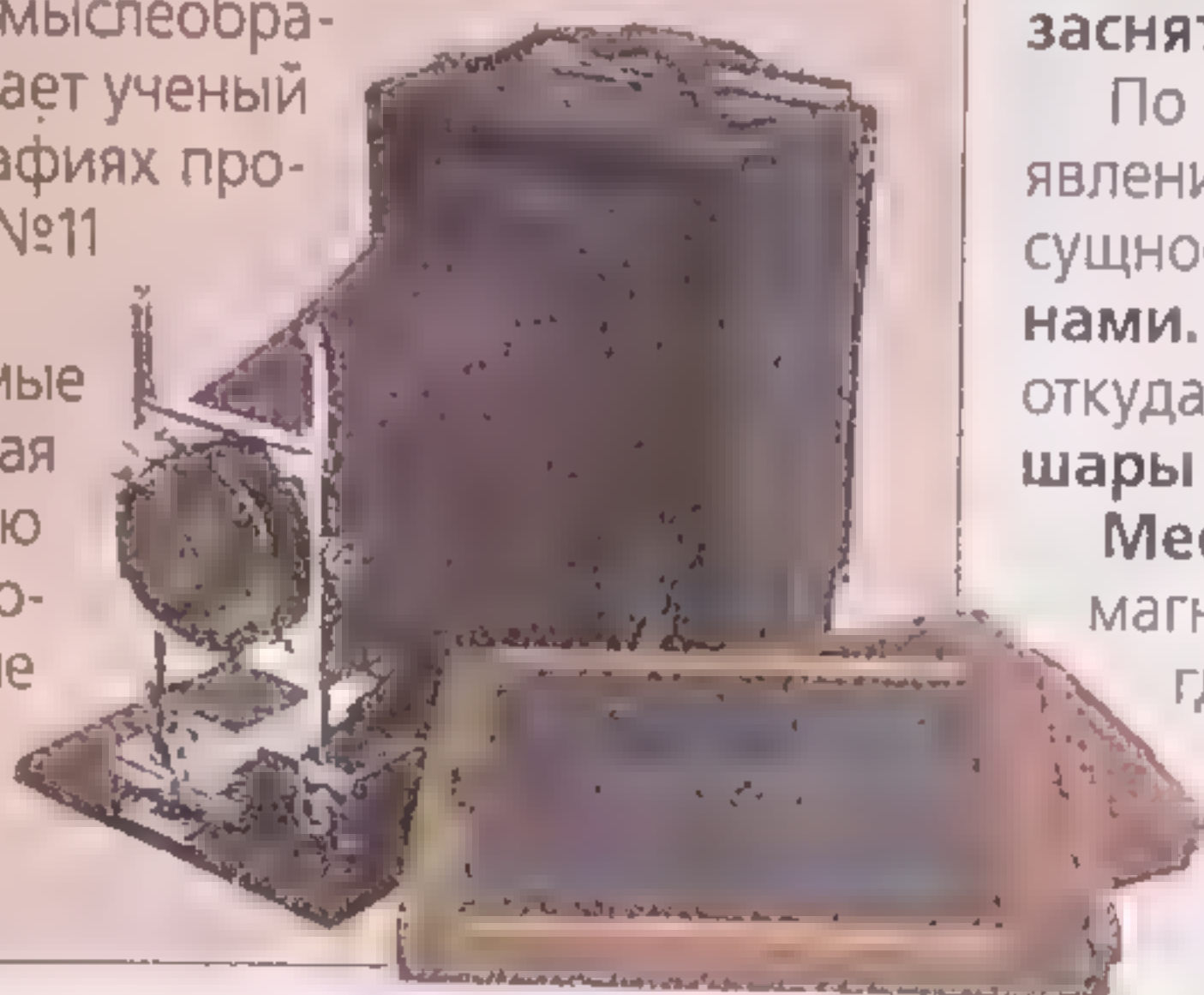
Власть незримого

Обнаружив, что высокочувствительная аппаратура может улавливать и фиксировать паранормальную активность, ученые постоянно экспериментируют, надеясь запечатлеть духов.

Еще в 80-х годах XX века итальянец Лучиано Боккони снимал на римских холмах разнообразные аномалии. Магнитные датчики, которыми он пользовался, фиксировали изменение поля, а фото- и видеокамеры запечатлевали **странные сущности, напоминавшие огромные амебы**. Причем, если в округе случался пожар или какое-либо стихийное бедствие, сущности активизировались. Боккони предположил, что это эфирные формы жизни, невидимые для человека.

В 1991 году экстрасенс и геофизик **Леонид Прицкер** выпустил книгу «Власть незримого», в которой подробно рассказывал о своих экспериментах по съемке мыслеобразов. Сегодня его дело продолжает ученый **Генрих Силанов** (о его фотографиях прошлого мы подробно писали в №11 за 2010 год).

Прицкер открыл так называемые **энергетические шары** — это особая концентрация биоэнергии, которую чаще всего можно сфотографировать над куполами церквей. Такие незримые шары висят над головами людей, если они сильно взволнованы или огорчены.



На охоту за призраками



В каких местах у вас больше всего шансов заснять нечто сверхъестественное?

По словам исследователей паранормальных явлений, особенно часто всевозможные эфирные сущности появляются **над геопатогенными зонами**. На фотографиях, сделанных в этих местах, откуда ни возьмись появляются **энергетические шары** или эфирные сущности в виде амеб.

Места катастроф, казней, убийств словно магнит притягивают сверхъестественное. Там, где погиб невинный человек, особенно много шансов запечатлеть на фото его **призрак**.

На снимках церквей или других священных мест часто появляются кресты или белые шары.

Поболтать с сестрой пирата

Помимо Мумлера и Хоупа, которые, строго говоря, не были медиумами, фотографиями призраков занимались и профессиональные заклинатели духов. Например, **известный американский физик и психолог Уильям Крукс** при помощи медиума **Флорин Кук** неоднократно вызывал для экспериментов дух девушки. Юная леди называла себя **Кэтрин Кинг** и, по ее словам, при жизни была сестрой знаменитого пирата **Джона Кинга**. Между прочим, и разбойник Кинг, и его сестра — абсолютно реальные исторические личности.

Во время сеансов Крукс разговаривал с невидимой Кэтрин (ответы духа слышали все присутствовавшие), а фотограф снимал все происходящее. Сохранились фотографии, на которых дух материализуется: **на снимке Крукс, элегантный мужчина средних лет, беседует с девушкой в белом платье старинного покроя**. Ее фигура кажется абсолютно реальной — и не скажешь, что призрак! Меж тем сохранились свидетельства людей, присутствовавших на сеансе, согласно которым призрак стал видимым лишь на фотоснимках. Быть может, камера может улавливать нечто недоступное человеческому зрению?

Леди, вы очень фотогеничны!

Бывает, что люди, далекие от сверхъестественного, случайно делают снимки, на которых появляются **призрачные фигуры**...

Одна из самых известных фотографий привидений была сделана в 1936 году в поместье **Рейнхэм в Норфолке**. Владелица особняка леди Таунсхенд пригласила мистера Шайра, чтобы тот сделал серию снимков дома. Проявляя фото парадной лестницы, мистер Шайр, к своему удивлению, **увидел на снимке призрачную фигуру леди**. Женщина в старинном платье спускалась вниз по ступенькам. Но он мог бы поклясться, что лестница была пуста, когда он делал фотографию!

Хозяйка поместья отнеслась к происшествию с поистине аристо-

кратическим спокойствием. «Это наш семейный призрак, **Коричневая леди**», — пояснила она.

Британский ученый **Ф. Смит** приводит в своей книге «Призраки и полтергейсты» этот и другие «сверхъестественные» снимки. К примеру, такой: **легковой автомобиль, за рулем сидит солидный мужчина, а на заднем сиденье пристроилась старушка с белым шарфом на шее**. Комментарий к фото гласит: «**Миссис. Мейбл Чиннера из Эпсвича** сфотографировала своего мужа в



машине после визита на кладбище, где они возложили цветы на **могилу матери Мейбл**». Старушка на заднем сиденье — давно скончавшаяся мать миссис Чиннера.

Мария РОСТОВА,
«Загляни за горизонт».
Рисунок Станислава ВЛАСОВА.

Поживем в раю?

Мечтая о вечной жизни, люди переселяли души умерших в далекую, сказочную страну, назвав ее раем.

У греков рай назывался Элизиумом и был предназначен, само собой, исключительно для праведников. Вечная весна, изумительные запахи цветов, голоса птиц... Здесь обитатели Элизиума вели беседы с великими душами древности, смаковали изысканные вина и роскошные яства.

Нынешние религиозные представления о нашей жизни после смерти и древние мифы - это «две большие разницы». Но ко всему современные представления еще и многовариантны.

Одно из трех

По первому варианту, душа умершего, покинув тело, **отправляется в страну предков** - царство теней, где занимается практически теми же делами, что и в земной жизни.

Второй вариант жизни после земной жизни: мир, где нам суждено поселиться, находится под землей и на земной совсем не похож. Однако работать здесь не надо. А что же тут делают? **Праведники ведут праздный образ жизни, грешники, как им положено, мучаются.** То есть по сути это рай и ад.

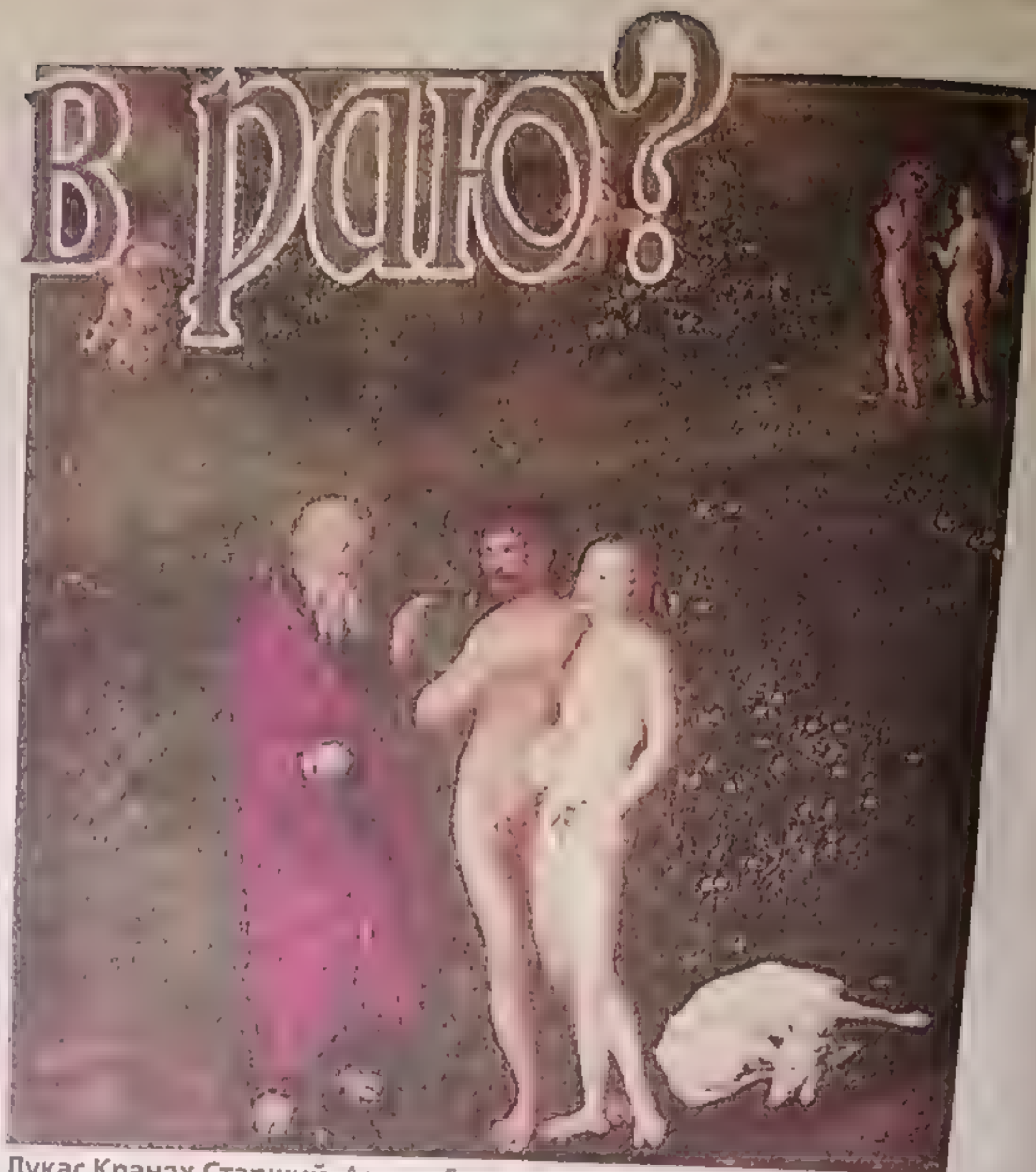
Для адептов третьего варианта наша жизнь после смерти связана с **переселением души из мертвого тела в живое** (неважно, чье оно - человека, животного или растения). Естественно, праведник получит оболочку получше, а грешник станет в новой жизни какой-нибудь мухой или деревом.

После второго пришествия

Католики, православные и частично протестанты делят загробную жизнь на два этапа. Один из них начинается **от смерти и длится до второго пришествия Христа, второй начинается с пришествием Христа и длится бесконечно.** Поначалу в раю и аду находятся только души людей, а на втором этапе, уже после Страшного суда, души соединяются с воскресшими телами. Причем рай небесный на второй стадии перемещается на землю.

Как выглядит рай? Как красивейший сад. В Эдеме все цветет и плодоносит, щебечут птицы и течет чистая река. Но есть еще и рай-город - этаким небесный Иерусалим.

А вот христианская **церковь адвентистов седьмого дня считает, что загробной жизни нет.** По крайней мере, сейчас. А вот после второго пришествия Христа она точно будет. И попадут в загробную жизнь (она представлена тут только раем) одни праведники, грешники же будут истреблены - даже ада для них мало!



Лукас Кранах Старший. Адам и Ева в земном раю

В объятиях гурий

Мусульманский рай - это сад пророка Мухаммеда, где находится его дворец. Считается, что на самой высокой вершине рая растет дивный цветок лотос, который так велик, что в тени его можно отдохнуть.

В мусульманском раю прохладно и много пышной зелени. Здесь протекают **четыре реки.** Одна - с родниковой водой, другая - с вином, третья - из меда, четвертая - с холодным верблюжьим молоком.

Это настоящий рай для души и для тела. Особенно он должен понравиться мужчинам: **за каждым мужчиной-праведником останутся его прежние жены** (ислам позволяет иметь четырех жен одновременно) плюс в полное владение он получит несколько гурий. Черноокие красавицы гурии - вечные девственницы, несмотря на свой нестрогий образ жизни. К тому же они никогда не стареют - в отличие от земных жен. И уж очень ласковы...

Они тверды духом

Свое представление о рае у буддистов. Фон все тот же - сады цветут, цветы пахнут, птицы поют. А вот с водой - интересная картина. Купальщики-праведники могут по своему желанию делать ее то холодной, то горячей - прямо как в современной ванной.

Кроме того, здесь много значит эстетическая сторона архитектуры и интерьеров - в качестве материалов для построек используются **драгоценные металлы и драгоценные камни**, в крайнем случае - кораллы.

И, конечно, пользуются этой красотой и комфортом мужчины. **Женщины лишь развлекают обитателей пением и плясками.** Танцорок и певуний много - семь тысяч. Но мужчины не поддаются на происки прелестных дев - они соблюдают целомудрие. Так здесь положено.

И есть еще одна особенность у буддийского рая: обитатели его **вечно не живут** - они умирают. Правда, совсем безболезненно. А вместе с душой исчезает и тело.

По материалам журнала «Чудеса и приключения».

Ад: путеводитель для новичков

Под землей нет ничего хорошего...

Если среди вас есть праведники, которые уверены: их путь после кончины - в рай, им не стоит продолжать чтение. Разве что из любопытства.

На приеме у Осириса

Как вы представляете себе загробный мир? Может, как древние египтяне? Там правит мрачнейший бог Осирис. Сидит он на троне, а к нему на прием приводят новопривывшие души.

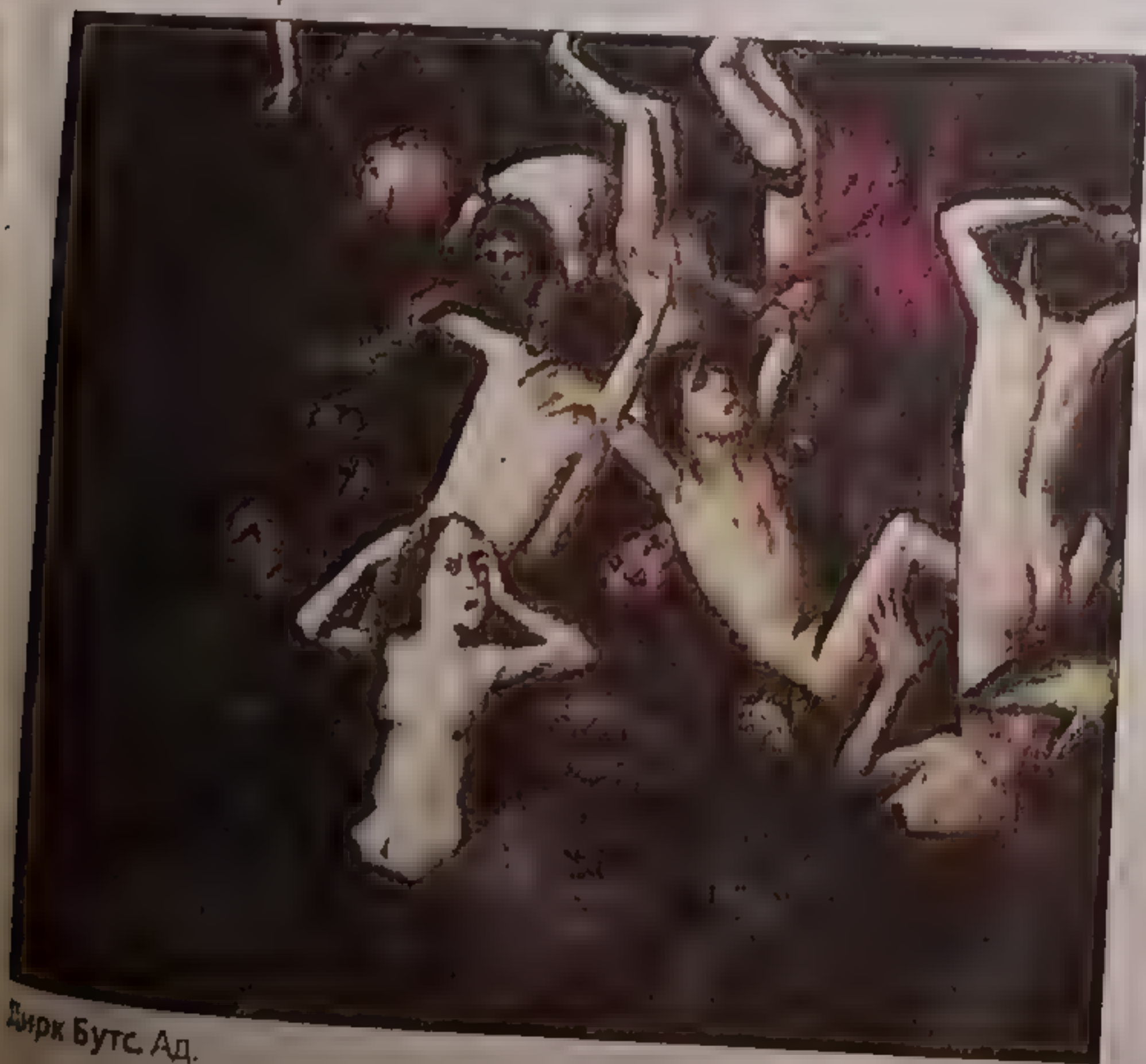
Согласно египетской «Книге мертвых», при приеме новобранцев нужно **соблюдать целый ряд правил**. Например, надо полностью отчитаться о совершенных грехах: все-все, что успели натворить при жизни, души выкладывают без утайки. После этого нужно (на память родным и близким) оставить изображение сцены суда на свитке папируса.

Если рисунок удался, вас **трудоустроят** при дворе Осириса и его многочисленной божественной родни. **Бездарей ждет плохой конец**: их бросают на съедение Амату - чудовищу с телом бегемота, лапами и гривой льва и крокодильей пастью.

В царстве Аида

Убедительный вид ада придумали греки: бог смерти Танатос доставляет жертву в царство вечно мрачного Аида. Мутная трясина Ахерон сливается с **черными водами Стикса**, девять раз опоясывающего мир мертвых и отделяющего его от мира живых. Воды Стикса священны и безжалостны, впадают они в Коцит, реку плача, дающую начало **Лете, реке забвения**.

Кстати, **старик Харон** перевозит вас через Стикс вовсе не бесплатно: **с каждой умершей души - по мелкой медной монете**. Пассажиры могут и не заплатить - тогда ожидать конца времен придется у входа. В обители мертвых встретит вас **огромный трехглавый пес Цербер**, уж от него никто не уйдет живым, в смысле не сбежит в солнечный мир.



Дирк Бутс. Ад.

Далее идем в **чертог самого Аида** через ворота, стоящие на алмазных колоннах. За воротами - огромный зал, где восседают хранитель вечности и его помощники. Судьи после небольшого доследования низвергнут вас еще ниже, в **Тартар - царство боли и стонов**, расположенное глубоко под дворцом. Там хозяйничают **богини мщения эринии**, страшные, как сама смерть: синие губы в ядовитой слюне, черные плащи, клубки змей в руках. Ох, не сладко грешникам в их когтистых руках, и выпить чашу зелья, назначенного в наказание, все же придется...

У христиан не легче

Образы христианского ада также пугающи, разве что добраться туда несколько сложнее.

В конце VI века папа Григорий Великий различал **два ада - верхний и нижний, помещал один на земле, второй под нею**.

Много писавший об аде знаменитый английский оккультист Тобиас Суинден, живший в начале XVIII века, считал, что **ад находится на Солнце**. И подтверждал свою мысль «об огненном шаре» как самом зловещем месте во Вселенной цитатой из Апокалипсиса: «Четвертый Ангел вылил чашу свою на Солнце: и дано было ему жечь людей огнем». А его современник Уильям Уистон придумал куда более экстравагантную теорию: ад, говаривал он, **это все небесные кометы**, попадая в околосолнечные раскаленные области, они поджаривают души, а отдаляясь - замораживают.

И на небе, и под землей, и на самой земле помещен ад в апокрифическом «**Хождении Богородицы по мукам**». Книга эта подробно живописует, как раскаленная смола льется на неверующих, как горят в огне те, кто «на рассвете в воскресенье спят как мертвые», как на раскаленных железных скамьях сидят те, кто не ходил в церковь... А еще там течет огненная река, в которую окунают грешников: **проклятых родителями** - по пояс, **блудливых** - по грудь, по горло - **изменников перед царем**. Но глубже всех, до темени, погружены **клятвопреступники**.

Литературный ад

Джон Мильтон, автор поэмы «Потерянный рай», описывал владения дьявола так: он восседает в огромном замке среди демонов и бесов. Мириады духов мечутся по коридорам дворца, кишат, как черви в плодородной земле...

Ему вторит **Эмануэль Сведенборг**: «...Эти духи ужасны на вид и, подобно трупам, лишены жизни. Лица некоторых черны, у других огненны, у третьих - безобразны от прыщей, нарывов и язв...»

Ад в «Божественной комедии» Данте - это, конечно, самый известный портрет преисподней. Тут уже мы видим картину в красках: описано туловище Люцифера, внутри которого воронкообразная структура, странная геометрия ада, в которой заблудились поэт и спутник его Вергилий... Это мрачное и тяжелое место, где заключены души тех, «что прожили, не зная ни славы, ни позора смертных дел». Таких, оказывается, довольно много. В единый гул сливаются «обрывки всех наречий», на которых стонут грешники. Их терзают полчища слепней и ос. Из ран капает кровь, которую пожирают отвратительные черви...

Игорь ИСТОМИН.

Оракул

№ 11, 2010.

Листва с дерева жизни

Это сейчас мы махом вырубаем вековые джунгли, освобождая место под застройку, а наши предки относились к деревьям с сакральным уважением. Ведь для них деревья олицетворяли саму жизнь.

Основа всего

Древние люди считали: деревья стояли у истоков этого мира. Греки выделяли четыре «корня» всего, четыре первоэлемента - огонь, воду, камень и воздух. **Дерево родственно всему: его крону овеивает ветер, корни находятся в почве и пьют воду, ну а огонь питается его древесиной.** Кстати, китайцы пошли дальше, чем греки, и внесли деревья в список базовых элементов мира.

Действительно, лес давал древнему человеку все - еду, одежду, топливо. Более того, **он был хранилищем тайных знаний и магии.** Недаром кельтские жрецы-друиды для совершения волшебных обрядов удалялись в чащу. Кстати, забавное совпадение - в кельтском языке слова «лес» и «наука» звучат практически одинаково.

Резиденция богов

У многих народов существовало предание о **Мировом Древе** - оно соединяло небо и землю, богов и людей, прошлое, настоящее и будущее, служило осью, вокруг которой вертелся весь мир.

Самое известное Мировое Древо - **гигантский ясень Иггдрасиль** из мифологии древних скандинавов. Это исполинское дерево соединяло между собой все девять миров, в которых жили боги, люди, тролли, великаны и другая нечисть. Все они могли путешествовать из одного мира в другой, передвигаясь по стволу дерева.

В кроне ясеня располагалась резиденция скандинавских богов - волшебный город **Асгард**, куда попадали после смерти особо отличившиеся викинги. У корней ясеня сидят три богини судьбы, которые прядут полотно человеческих жиз-



ней. Там же располагаются магические источники - из одного сочится **мед поэзии**, из другого - **живая вода**, дающая каждому, кто ее попробовал, всеведение.

Но Иггдрасиль - дерево мифическое, а вот волшебные деревья из ирландских мифов были вполне реальны. **Обитатели Зеленого острова делили его на пять регионов. В каждом из них росло свое дерево-покровитель, если верить легенде, их посадил сам Всевышний.** У этих волшебных растений - **дуба, тиса и трех ясеней** - были свои собственные имена. По легенде, семена этих растений Господь взял в раю, поэтому, выросшие на ирландской земле, они все равно обладали волшебными свойствами. Например, на дубе вырастали не только желуди, но и небывалые по красоте и вкусу яблоки и крупные, алые, словно кровь, орехи.

Правда, ирландские волшебные деревья **не были бессмертными** - спустя несколько тысячелетий после посадки они засохли и умерли. Но срок их жизни значительно превосходил длительность жизни обычных растений. Вот что значит райская селекция!

Береза, рябина, ольха...

Почему-то деревья издревле ассоциировались у людей с мудростью и знанием. Наверное, дело в том, что их век куда дольше человеческого.

Например, у кельтов был **«древесный» алфавит - огам.** Каждый из его знаков носил имя какого-то дерева и имел с ним мистическую взаимосвязь. Например, первый знак огамического алфавита соответствовал березе, затем шла рябина, а потом ольха.

Викинги верили, что их **алфавит - руны** - подарил людям **сам верховный бог Один.** Вот как это произошло. Желая причаститься высшей мудрости, он попросил у богинь судьбы разрешения отхлебнуть воды из источника жизни. В уплату за это те потребовали у бога его глаз. Один согласился и обрел высшее знание. **Провисев девять дней и ночей вниз головой на Мировом Древе, он придумал руны, которыми человечество пользуется до сих пор - раньше для письма, ну а теперь для магии и предсказаний.**

Анчар: откуда корни растут?

Пушкинское стихотворение об удивительно ядовитом дереве помнят все. Мало кто знает, что анчар действительно существует. Однако так ли он ядовит, как написал поэт?

Эта «ядовитая» история началась в 1783 году с обыкновенной газетной «утки». Некто Форш, медик, якобы практикующий на острове Ява, опубликовал в «Лондонском журнале» статью о дереве анчар. Мол, оно настолько ядовито, что погибло все живое в радиусе нескольких километров. **Добыча яда этого дерева – дело настолько безнадежное, что его предлагают приговоренным к смерти как альтернативу казни.** И хотя преступники всячески пытаются схитрить и не отравиться (например, выжидают момент, когда ветер сменится и отнесет ядовитые испарения дерева в другую сторону), выживают едва ли двое из двадцати человек.

Что из этого правда? Почти ничего. Анчар, он же антиарис – вечнозеленое дерево из семейства тутовых. Оно поражает своими размерами: его высота может достигать аж 40 метров, а листья бывают до 20 сантиметров в длину. Растет в Ост-Индии и на Малайском архипелаге (в том числе и на острове Ява). **Сок анчара ядовит, он вызывает паралич сердца и мгновенную смерть. Но приближаться к дереву можно совершенно спокойно.**

Зато как подействовала статья на аудиторию, особенно на поэтов! И с легкой руки журналистов анчар начал свою литературную карьеру.

Дерево, убивающее своим ядом всех, кто к нему приблизился, фигурирует в поэме лорда Байрона «Паломничество Чайльд-Гарольда». А поскольку русские писатели того времени равнялись на Байрона как на флагман прогресса, неудивительно, что сюжет перекочевал в Россию, и Пушкин написал свое знаменитое стихотворение «Анчар». Помимо Байрона и Александра Сергеевича ядовитое дерево упоминают Шарлотта Бронте и Чарльз Диккенс. Вот такая у анчара солидная литературная биография. А ведь в основе мифа была просто выдумка газетного писателя!

На всем готовеньком

Баобаб – едва ли не самое странное дерево на нашей планете. Взять хотя бы его форму – пузатый (до 10 метров в обхвате!) ствол и скрюченные ветки. Говорят, давным-давно баобаб поругался с Богом и тот, раздосадованный, вырвал дерево из земли и воткнул его назад корнями вверх.

Баобаб – это чемпион по выживанию. Во-первых, он практически бессмертен. Во-вторых, убить его очень слож-

но. Если содрать с него кору, она вырастет снова, повалить дерево на землю – оно будет расти и в таком положении. **Баобаб живет до тех пор, пока хоть один его корешок касается земли.**

В сказке Сент-Экзюпери Маленький принц пытается спасти свою планету от баобабов. Но надо ли было от них избавляться? **Ведь баобаб – уникальное дерево, которое может дать человеку практически все необходимое.** Из измельченных и обжаренных семян можно варить кофе, плоды баобаба не только приятны на вкус, но и богаты кальцием и витамином С. Из пепла сожженных плодов получается мыло, из коры баобаба делают бумагу, ткань, бечевку. Настойка листьев лечит астму, лихорадку, болезни почек, расстройство желудка. Более того, баобаб с дуплом внутри – идеальная кровать или даже квартира. Например, в Кении на дороге Найроби – Момбаса стоит специальный баобаб-убежище, в котором есть дверь и окошко. Там могут передохнуть все желающие. А в Зимбабве из одного особенно большого баобаба сделали автобусную остановку. В импровизированном «зале ожидания» могут разместиться аж сорок человек!



На что польстилась Ева?

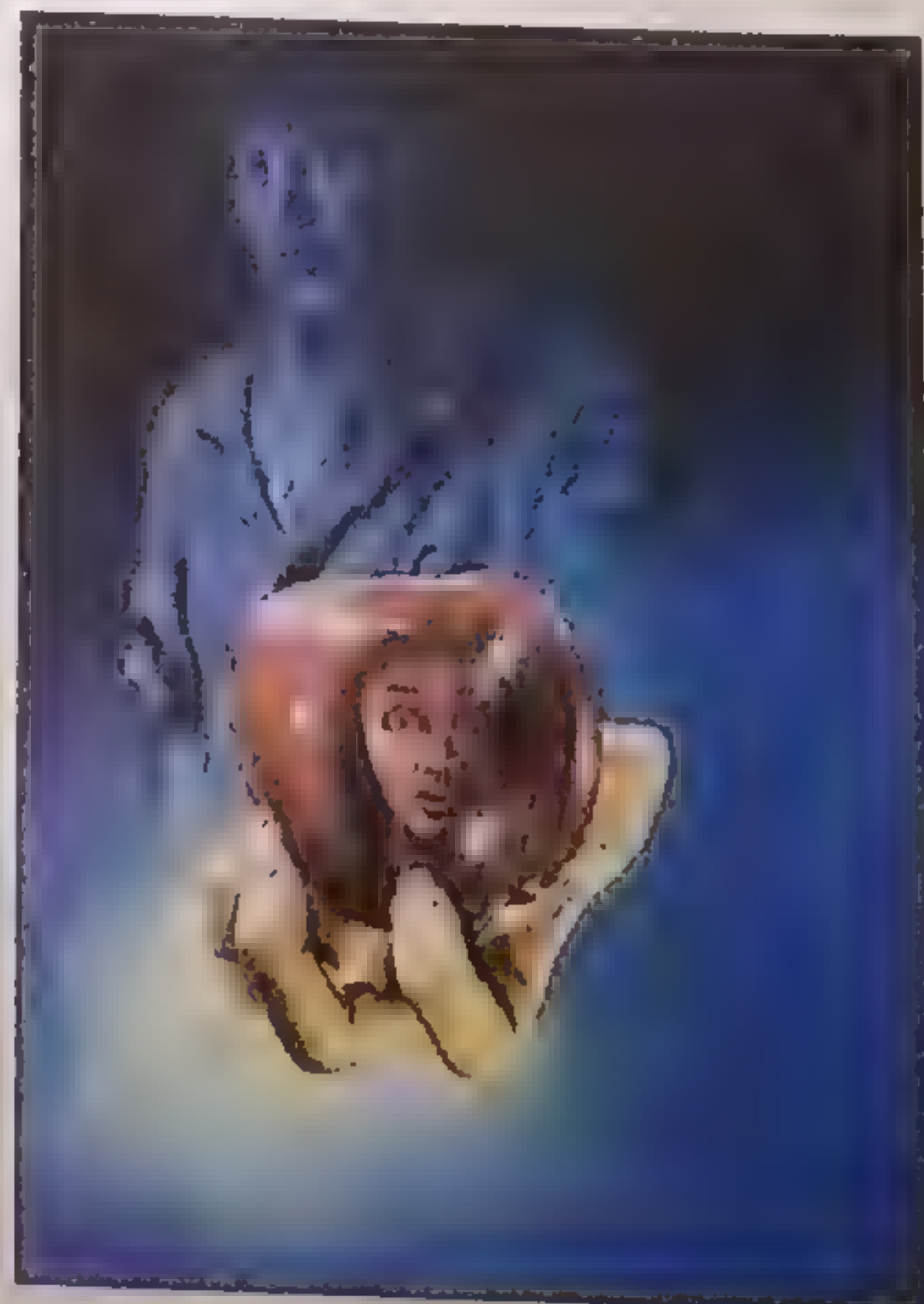
Если верить Библии, наша праматерь Ева по наущению змея сорвала плод с Древа познания добра и зла и тем самым совершила грехопадение. Ее и Адама выставили из рая. Учитывая, что потеряли первые люди, плод, на который польстилась Ева, должен был быть действительно соблазнительным.

Христианская традиция ассоциирует Древо познания с яблоней. А все из-за неправильного перевода! Дело в том, что слово *malum*, которое фигурирует в латинском переводе библейского текста, имеет два значения – «грех» и «яблоко».

Однако, скорее всего, Древо познания было смоковницей, фиговым деревом (мы знаем его как инжир). Именно его листья после грехопадения послужили Адаму и Еве импровизированной одеждой.

Правда, есть и альтернативная гипотеза – что плод, который сорвала Ева, был вовсе не яблоком, а бананом. Очень уж форма у этого фрукта греховная – так рассудили богословы.

Мария РОСТОВА,
«Загляни за горизонт».



Гады ползучие

Змея - едва ли не самое мистическое животное. Издревле она считается символом мудрости, а еще вечной жизни и возрождения из мертвых. Недаром змей, вонзивший зубы в свой хвост, символизирует прошлое, настоящее и будущее.

Хранители мудрости

В мифах разных народов, независимо от стран и континентов, змеи выступают как хранители божественной мудрости. Взять хотя бы Древнюю Грецию - в окрестностях Дельф, где располагался знаменитый Оракул, обитал страшный змей Пифон. Он охранял священную пещеру, в которой можно было получить божественное предзнаменование.

Откуда такой пиетет по отношению к «гадам ползучим» (так в старину на Руси называли пресмыкающихся)? Змеи - это чародеи, которым доступна уникальная магия: своим взглядом они могут загипнотизировать птицу или грызуна, чтобы потом утащить добычу в свое логово.

Древние люди считали, что эти рептилии неразрывно связаны с потусторонним миром, с темным началом. Поэтому в мифах гигантские змеи - постоянные противники героев. Например, скандинавы верили, что в водах мирового океана плавает огромный питон Йормунганд, с которым постоянно сражается бог грома и молнии Тор. Кстати, такой же сюжет был в мифологии наших предков-славян: заклятый враг нашего бога грома Перуна - страшный змей.

Инструмент мага

Неудивительно, что змеи - постоянные спутники магов и колдунов. Ведь у этих пресмыкающихся чрезвычайно сильная энергетика, поэтому их можно с успехом использовать в колдовских обрядах. Правда, волшебники говорят, что работать с рептилиями удастся далеко не всем - уж очень тяжелая у них аура.

Какими же магическими свойствами обладают змеи? Считается, что дом, в котором живет это пресмыкающееся, надежно защищен от посягательств злых духов и черных колдунов. Китайцы и вовсе считали, что змея в доме - это Божье благословение.

Правда, надо сразу оговориться: змея в доме приносит счастье его обитателям лишь в том случае, если изначально атмосфера в жилище гармоничная и позитивная. Ну а если в вашем доме одни ссоры и скандалы, ничего хорошего не выйдет - змея у вас не приживется. Более того - аура змеи окончательно разрушит брак.

Кожа змеи - это мощный охран- ный талисман. Чтобы активировать его, нужно девять раз прочесть над ним молитву «Отче наш», а потом постоянно носить с собой (например, на руке в виде браслета).



Отрава или лекарство?

Символом медицины издревле была чаша, в которую роняла капли своего яда змея. Но почему? Уж не намекали ли древние на то, что врачи могут допустить ошибку при исцелении пациента?

Этот символ - змея, обвившаяся вокруг чаши, известен с давних времен, и имеет множество смыслов. Откуда он взялся? Еще в античной Греции отличительным знаком бога Гермеса был жезл, обвитый змеями.

Гермес покровительствовал ремесленникам, в том числе и врачам, а также отвечал за препровождение душ из мира живых в царство мертвых.

Кроме того, греки нередко изображали знаменитого целителя Эскула-

па, впоследствии обожествленного, в виде змея.

Змеиный яд может быть как отравой, так и лекарством - равно как и любой медикамент. Ведь неправильно примененная микстура тоже может привести к ухудшению состояния больного. Поэтому знаменитый врачебный символ - напоминание о хрупкости человеческой жизни и о том, что любая ошибка может привести к трагедии.

Зачаровать смерть

Заклинатель змей – едва ли не самая опасная профессия в мире. Точнее, не профессия – искусство.

Со стороны все выглядит просто: факир начинает играть на флейте, качая головой сверху вниз – и кобра, только что готовая атаковать, тут же успокаивается и начинает двигаться в такт музыке. Роль играет любая деталь – к примеру, тональность флейты должна быть такой высокой, чтобы практически глухая рептилия все же ощутила звук музыкального инструмента.

Больше всего заклинателей змей в Индии – там свыше 7 тысяч работников этой необычной профессии, однако если верить древним легендам, зародилось это искусство в Египте. Одним из самых великих заклинателей был египтянин **Шейх Мусса**. Для своих

представлений он использовал абсолютно диких змей, а перед началом действия позволял всем желающим обыскать себя – чтобы у скептиков не осталось никаких сомнений в его честности.

Мусса умудрялся не только выманивать змей из своих нор – он рисовал палкой на земле круг и приказывал кобре находиться в нем до тех пор, пока он не разрешит ей покинуть очерченное пространство. Поразительно, но рептилии его слушались!

Другой заклинатель, египтянин **Хусаин Миа**, частенько проделывал такой забавный фокус. Он показывал собравшимся небольшую корзинку с

крышкой. Затем выбирал в толпе подходящую жертву – желательнее какого-нибудь грубияна, который насмеялся над его представлением. Он просил человека внимательно осмотреть корзинку и показать всем, что она пуста.

Затем Хусаин закрывал корзинку тканью, играл на флейте какую-то мелодию, поднимал корзинку вверх и просил наглеца подставить ладони, чтобы поймать то, что из нее вывалится. При этом он намекал человеку, что из корзины выпадут деньги.

В следующий момент в руках у напуганной жертвы оказывалась живая змея – конечно же, безобидная, но откуда она взялась в корзине?

Заклинатель змей – профессия, которая передается от отца к сыну, из поколения в поколение. Вот только, в силу специфики работы, факиры долго не живут. Играя со смертью, невозможно выиграть, и, как правило, все они в конце концов гибнут от змеиного яда.

Зверушки с погремушкой

Конкистадоры, высадившиеся в Новом Свете, рассказывали друг другу о странностях. Во время ночного дежурства часовые внезапно слышали звук кастаньет, как будто поблизости отплясывали танцовщицы, и, конечно, устремлялись на поиски красоток. Но никаких танцовщиц с кастаньетами в окрестных зарослях и в помине не было! Вместо них солдаты натыкались на крупных рептилий с пятнистой чешуей. Это были гремучие змеи.

Странное покровительство

Эти пресмыкающиеся, которых в избытке в обеих Америках, издавна ассоциировались с божественной мудростью. Недаром их почитали индейцы майя, инки, шошоны.

Племя холи и сегодня считает «зверушек с погремушками» своими живыми талисманами. Индейцы регулярно устраивают праздники, чтобы умиловить пресмыкающихся. Сначала жрецы ловят в пустыне гремучих змей, сажают их в глиняные кувшины, кормят, моют. Затем начинается празднество. **Под барабанную дробь полуобнаженные индейцы танцуют, держа в руках гремучих змей. И те их не кусают!** Чудо?

Скептики, правда, сомневаются: мол, наверняка у «гремучек», пойманных для выступления, заранее вырваны все ядовитые зубы. Как бы не так! **Зоологи специально осматривали рептилий, и оказалось, что с ядом у них все в порядке.** Если бы «гремучки» захотели, запросто перекусили бы всех индейцев. Но они этого не делают! Может, и вправду эти волшебные рептилии оказывают племени холи странное покровительство?

Предупреждение об опасности

Чем гремучие змеи отличаются от своих сородичей? Конечно, **погремушкой** – это «колокольчики» змеиной кожи, которые при очередной линьке не сходят полностью, а остаются на конце хвоста рептилии. Чем



старше змея, тем больше у нее погремушка.

Для чего же нужен этот орган? **Резким звуком, напоминающим стук кастаньет, змея предупреждает о своем дурном настроении и намерении атаковать.** В большинстве случаев такой сигнал помогает избежать конфликта. Если уж предупреждение не подействовало, в дело идет яд гремучей змеи, а он крайне опасен – может стать причиной внутренних кровотечений, сердечной, дыхательной и почечной недостаточности. Поэтому надо тут же ввести жертве противозмеиную сыворотку – она называется «антикротал».

Ежегодно в США «гремучки» кусают более восьми тысяч человек, а гибнет от их яда не менее десятка пострадавших.



Американские ученые бьются над загадкой мозга самого таинственного больного планеты.

Долгие годы настоящее имя «пациента ГМ» (так его записывали в больничных картах) было скрыто под семью печатями. В научных кругах США канадца Генри Молейсона называли «звездой неврологии» - большую часть жизни он провел в клиниках и лабораториях. При этом физически мужчина был абсолютно здоров, вот только не мог запомнить и дня из своей жизни.

Не жизнь, а головная боль

Генри Густав Молейсон родился 26 февраля 1926 года. Он рос самым обычным ребенком, пока в девять лет его случайно не сбил велосипедист. В результате удара мальчик потерял сознание. Когда пришел в себя, выяснилось, что травм нет, и родители Генри решили не отводить ребенка к врачу. Подумаешь, пара царапин на коленке! Тем не менее отцу и матери все-таки при-

шлось в скором времени обратиться в больницу: мальчика стали мучить сильные головные боли, случались эпилептические припадки. Врачи лишь разводили руками и выписывали лекарства от мигрени.

Окончив школу, Генри выучился на автомеханика, но из-за болезни вынужден был бросить работу. **Головные боли сводили с ума, участились припадки и обмороки.** Какая уж тут работа! В 27 лет Молейсон решился на сложную операцию на головном мозге, надеясь, раз и на-

всегда избавиться от свалившегося на него недуга.

Хирург со своей задачей справился блестяще: головные боли пациента больше не беспокоили, припадки исчезли. Но вместе с ними у Генри пропала и память. Вернее способность запоминать события. Окончательно и бесповоротно! Избавившись от одного недуга, пациент приобрел другой - синдром, который невропатологи называют глубокой амнезией.

Человек-феномен

Случай Молейсона был уникальным в своем роде. Пациент прекрасно помнил все, что было до операции: собственную фамилию, имена родителей, радостные события из детства. Мог пересказать сюжеты фильмов, которые когда-то видел. Но все, что произошло после 1953 года (когда Молейсону сделали операцию), стерлось из его памяти навсегда.

Хирургическое вмешательство не повлияло на интеллект и характер мужчины. Генри как и прежде с удовольствием решал кроссворды, играл в лото, смотрел телевизор, охотно знакомился и общался с людьми. Вот только новые лица и события не задерживались в его памяти дольше, чем на десять минут. Воспоминания стирались, будто ластиком, и его память снова была как чистый лист бумаги. «Он напоминает художника, который делает набросок рисунка, сразу его уничтожает и тут же начинает делать другой», - рассказывал о нем директор лаборатории по изучению мозга Калифорнийского университета в Сан-Диего Джакомо Анессе.

Не повлияла операция и на топографическую память «пациента ГМ» и навыки, связанные с моторикой. Генри в юности научился играть на гитаре и после операции, бывало, наигрывал любимые мелодии. Но все песни, которые он пытался выучить после, задерживались в его голове недолго. Кроме того, загадочный больной с легкостью набрасывал план дома, где жил с родителями в детстве, однако после операции не мог даже вернуться из процедурной в свою палату - не помнил дороги.

День сурка

Поначалу родители отказывались оставлять сына в больнице, пытались вернуть Генри к обычной жизни. Но безрезультатно. Молейсон-младший никак не мог запомнить элементарных

вещей - где куда склад его определенику, где ривали спе

В больн дневно отк вого: снов своими вр помногу ра реть один и для себя вку дый день он и тому же м был незнако повторялось

Что же ду ной амнезии прекрасно п последствиях врачи в како

Киноком бирает ри Моле основани га Массе ческого и Соркин, лейсоном тилетий

неверное дви чему-то научи гих лет он являл циентом в амер исследований м подопытном кр личные опыты и дежде разгадать один ученый м этого сделать.

Мозг, как слоен

В конце 2008 сон скончался в конца жизни он лет (именно сто когда он сделал Мужчины зав Удивительный уке.

Извилины за ровали и достав раторию Калиф университета в руководителе, л Анессе, лишь н загадочного «па сделал это весьм собом - провел

Помнить все!

В то время как Генри Молейсон не мог запомнить ровным счетом ничего, в мире были и есть люди, обладающие поистине феноменальной памятью.

Коллеги великого Федора Шаляпина (1873 - 1938) утверждали, что певец никогда не пользовался услугами суфлера. Он знал наизусть не только свою часть опер, но и партии коллег. Причем специально не заучивал, а обладал уникальной музыкальной памятью.

Русский пианист Сергей Рахманинов (1873 - 1943) мог по памяти воспроизвести мелодию, услышанную им всего лишь раз в жизни. Однажды в гостях у композитора Сергея Танеева он, тогда еще студент консерватории, услышал музыкальную пьесу композитора Александра Глазунова. Не успел автор сыграть мелодию, как Рахманинов сел за фортепиано и полностью повторил его сочинение на память.

Журналист из Москвы Соломон Шерешевский (1886 - 1958) легко запоминал огромные таблицы с цифрами, большие тексты на иностранных языках, самые сложные математические формулы. Причем безошибочно мог вспомнить любую информацию даже много лет спустя.

Американец Ким Пик (1951 - 2009) обладал удивительными способностями к арифметике и знал наизусть более девяти тысяч книг. Пик страдал синдромом саванта - редкой болезнью, при которой человек обладает выдающимися способностями на фоне общей ограниченности личности. Стал прототипом героя Дастина Хоффмана в фильме «Человек дождя».

Еще один американец Боб Петрелла (1951) официально признан «человеком, который ничего не забывает». Мужчина держит в голове даты всех значимых событий из собственной жизни, может назвать победителей киноцеремонии «Оскар» начиная с 1971 года. Петрелла помнит наизусть все телефонные номера своих знакомых. Потеряв однажды мобильный телефон, он сумел вспомнить список контактов. Ученые установили, что мужчина обладает феноменально развитой автобиографической памятью, но до сих пор не знают, каким образом она работает.

вещей - где лежат тарелки с чашками, куда складывать мусор. В результате его определили в специальную клинику, где за ним постоянно присматривали специалисты.

В больнице Генри Молейсон ежедневно открывал для себя много нового: снова и снова знакомился со своими врачами и сиделками, мог помногу раз с любопытством смотреть один и тот же фильм, открывал для себя вкус привычных блюд. Каждый день он гулял в парке по одному и тому же маршруту, но для Генри он был незнакомым. Из дня в день все повторялось снова и снова.

Что же думал о своей неожиданной амнезии сам больной? Молейсон прекрасно помнил об операции и о последствиях говорил: «Возможно, врачи в какой-то момент сделали

нию мозга под прицелом видеокамер (она транслировалась в прямом эфире через Интернет). За уникальным исследованием следили неврологи и просто любопытные со всех уголков планеты.

В течение трех дней специальный инструмент снимал с мозга слой за слоем, фотографируя каждый срез. Орган нарезали на 2400 тончайших слоев. Открылись интересные факты.

Оказывается, во время операции в 1953 году хирург удалил у пациента около пяти сантиметров мозга. Может быть, он вырезал тогда ту самую часть, которая отвечала за воспоминания? Это ученым еще предстоит выяснить. «Ежеминутно и ежесекундно в наш мозг закладывается новая информация о том, что происходит вокруг нас», - объяснил профессор Джакопо.

- Так формируется наша память. Мы словно добавляем слои на слоеный пирог своих воспоминаний. Именно поэтому мы не можем вернуться к своим воспоминаниям со 100-процентной точностью - мы продолжаем записывать новые слои. А Генри Молейсон не мог этого делать. В этом его феномен». Таковы предварительные выводы ученого.

Не исключено, что мозг «пациента ГМ» позволит ученым понять, каким образом формируется человеческая память и информация распределяется по отдельным частям мозга. В свое время подобные исследования велись во многих странах мира. Например, в России ученые исследовали извилины Ленина, чтобы раскрыть секрет его гениальности, однако не поняли его до сих пор!

По материалам Интернета.

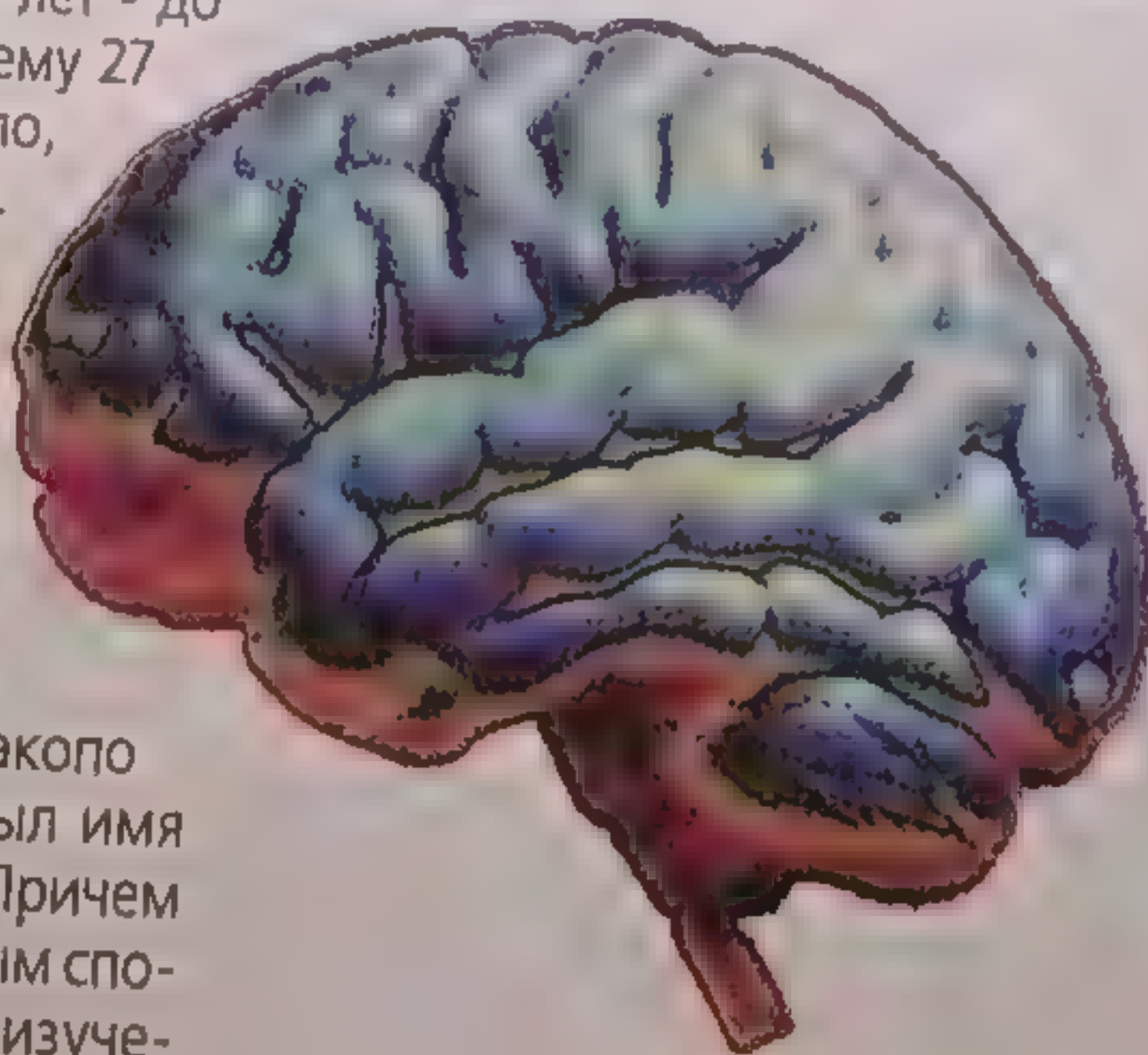
Кинокомпания Columbia Pictures собирается снять картину про Генри Молейсона. Это будет фильм, основанный на мемуарах невролога Массачусеттского технологического института (США) Сюзанн Соркин, которая работала с Молейсоном в течение многих десятилетий.

неверное движение, но ведь они чему-то научились». В течение многих лет он являлся самым важным пациентом в американских институтах исследований мозга: на нем, как на подопытном кролике, ставили различные опыты и эксперименты в надежде разгадать тайну памяти. Но ни один ученый мира пока так и не смог этого сделать.

Мозг, как слоеный пирог

В конце 2008 года Генри Молейсон скончался в возрасте 83 лет - до конца жизни он считал, что ему 27 лет (именно столько ему было, когда он сделал операцию). Мужчина завещал свой удивительный мозг науке.

Извилины законсервировали и доставили в лабораторию Калифорнийского университета в Сан-Диего. Ее руководитель, профессор Джакопо Анессе, лишь недавно раскрыл имя загадочного «пациента ГМ». Причем сделал это весьма своеобразным способом - провел операцию по изуче-



Волшебные наречия

Если верить Библии, в появлении множества языков виновата человеческая гордыня. Если бы люди не задумали построить Вавилонскую башню и дотянуться до небес, до сих пор бы говорили на одном наречии.



Ангельский язык

В XVII веке одному английскому ученому явился ангел и продиктовал ему книгу на неизвестном языке. Расшифровать наречие не могут до сих пор.

В Лондонском Британском музее хранится идеально отполированный кусок каменного угля - так называемое зеркало Джона Ди. Джон Ди - выдающийся английский математик, астроном и географ

XVII века. Он мастерил роботов, занимался колдовством и алхимией.

Однако прославился Джон Ди после того, как в 1581 году ему явилось таинственное сияющее существо. Сегодня мы бы назвали это существо инопланетянином, но тогда о пришельцах и не слыхивали, и англичанин сделал единственный возможный в данной ситуации вывод: ему явился ангел. Он вручил ученому то самое черное зеркало и сообщил, что с его помощью можно

будет общаться с разумными существами нечеловеческой природы и видеть другие миры. Что доктор Ди и стал делать.

Записи бесед кембриджского ученого с духами легли в основу его книги «Истинное и верное сообщение о том, что происходило на протяжении многих лет между доктором Дж. Ди и некоторыми духами». Ходили слухи, что там содержались сведения о других мирах и высоких технологиях. К сожалению, книгу и весь архив ученого сожгли во время странного ограбления его дома. Странность заключалась в том, что кроме загадочной книги, взломщики больше ни на что не польстились.

Самое интересное - книги доктора Ди содержали фрагменты неизвестного науке языка, так называемого енохического. По словам ученого, на этом наречии с ним и общались таинственные духи из черного зеркала. Современные исследователи утверждают, что язык этот либо искусственный, либо нечеловеческий. Но в XVII веке человечество до искусственных языков еще не додумалось, это было чуждо самому менталитету человека того времени...

Те краткие фрагменты текстов на енохическом языке, которые все же дошли до нас, свидетельствуют о том, что это был не просто набор слов, а сложная система с развитой грамматикой. Так может, это и есть то наречие, на котором разговаривают ангелы или пришельцы?

Крепкие орешки

Ученые бьются над некоторыми памятниками древней письменности многие десятилетия, но так и не могут их расшифровать.

Иероглифы цивилизации Инда

В середине XIX века, когда Индия еще была британской колонией, англичане Джон и Вильям Брайтоны строили железную дорогу между Карачи и Лахором. Внезапно им потребовался строительный материал. По совету местных жителей, дорожники отправились к холму возле деревни Хараппа - под ним находились остатки древнего города.

Оказалось, что этот город принадлежал к древней цивилизации долины реки Инд, которая считалась едва ли не самой высокоразвитой в истории человечества. Судите сами: из старинных легенд мы знаем, что жителям долины Инда удалось построить волшебные летательные аппараты - виманы.

На осколках глиняной посуды и резных печатях, найденных в развалинах города, было множество иероглифичес-

ких значков. Расшифровать их не удалось до сих пор, а жаль - ведь тогда мы бы получили ключ к знаниям предков.

Тайна плиты из Каскахалья

В XX веке в мексиканском штате Веракрус была обнаружена массивная каменная плита, испещренная странными значками. Археологи считают, что ее создатели - древняя цивилизация индейцев-ольмеков, существовавшая три тысячи лет тому назад. На плите высечены 62 значка, некоторые из них повторяются несколько раз, но прочитать надпись без дополнительных находок невозможно.

Дощечки с острова Пасхи

Остров Пасхи скрывает множество загадок, ведь куда исчезли его жители, неизвестно. Они оставили после себя не только гигантские каменные изваяния, но и деревянные дощечки с иероглифами - их называют ронго-ронго.

Знаменитый русский ученый и путешественник Николай Миклухо-Маклай очень интересовался этими иероглифами и даже привез две деревянные таблички в Россию, в музей антропологии и этнографии РАН. Вот только расшифровать значки так никто и не смог, а ведь со дня находки первой ронго-ронго прошло уже более 140 лет!

Простите, что вы сказали?



Земляне, которым довелось увидеть пришельцев, свидетельствуют, что те разговаривают между собой на странном наречии, непонятном для людей.

Вот как описал свой контакт с представителем внеземной цивилизации россиянин Александр Соколов: «Существо смотрело на меня секунд 5-10, затем чуть наклонилось и заговорило, делая рукой легкие движения вверх-вниз, как бы стараясь этим помочь мне понять смысл произносимой им речи. Голос существа был однотонным, негромким, суховатым, звук издавался единственный – нечто среднее между «е» и «э». Землянин, естественно, ничего не понял.

А вот житель Волгограда, пенсионер по фамилии Забелин утверждает, что пришельцы разговаривали с ним телепатически. Как-то раз во время рыбалки в его голове раздался голос, ритмично произносящий какие-то фразы. А затем тот же голос на чистом русском языке сказал: «Эксперимент закончен». Но что это был за эксперимент?

Вскоре после этого случая с пенсионером начали происходить чудеса: во-первых, само собой нормализовалось давление (врачи лишь руками развели), во-вторых, к его телу стали прилипать металлические предметы. Выходит, наречие инопланетян – это не просто язык, но волшебный инструмент преобразования реальности!

Дьявольская тарабарщина

Рукопись Войнича – загадочный документ, который стойко сопротивляется всем попыткам ученых расшифровать его.

История этого странного манускрипта начинается в 1912 году. Орден монахов-иезуитов приобрел виллу возле городка Фраскати в Италии, чтобы открыть в ней колледж. Однако зданию требовался капитальный ремонт, а наличных в тот момент у монахов как на грех не оказалось. Вот они и решили расплатиться старинными рукописями.

Предложением иезуитов заинтересовался американец Вилфрид Войнич – коллекционер старинных книг и антиквар. Выбирая тома в уплату за работу, он заметил небольшую книжечку, написанную на неизвестном языке, с цветными рисунками. На глаз Войнич определил, что этот манускрипт был создан в XIII веке, и решил, что книга будет хорошо смотреться в его коллекции.

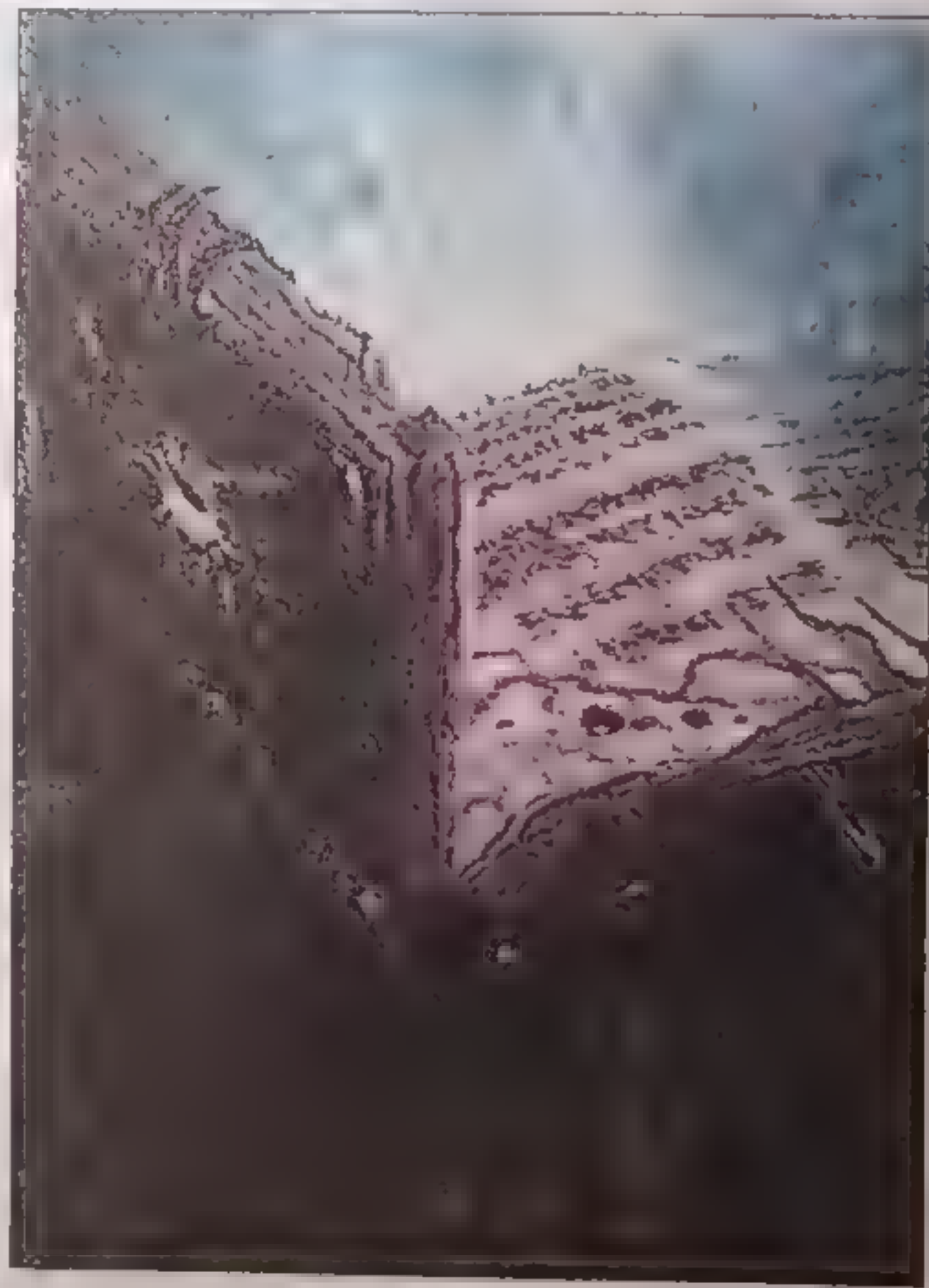
Вдобавок к рукописи прилагалось письмо от ректора пражского уни-

верситета ученому иезуиту. Ректор рассказывал другу историю манускрипта: якобы его создал сам Роджер Бэкон (знаменитый средневековый маг), затем книга попала к чешскому императору Рудольфу, покровителю алхимиков.

Как ни пытался Войнич впоследствии расшифровать манускрипт, ему это не удалось. После смерти антиквара за дело взялась его жена, та самая Этель Лилиан Войнич, которая написала роман «Овод». Она послала копию рукописи в Католический университет Вашингтона, но тщетно: даже самые лучшие профессора не могли разобраться в этой дьявольской тарабарщине.

На страницах манускрипта Войнича значки неизвестного языка перемежаются с рисунками непонятных растений, звезд, женскими фигурами. Но все эти изображения ничуть не помогают добраться до сути документа.

Версий о том, на каком языке написана знаменитая книга, бесчисленное множество. Нашелся, например, оригинал, предположивший, что текст написан на украинском языке – только в нем почему-то отсутству-



ют гласные. Этот ученый каким-то образом разглядел в зашифрованном манускрипте украинское слово «це».

В конце XX века текст рукописи подвергли компьютерному анализу. Выяснились любопытные подробности: возможно, рукопись Войнича писали аж два автора на двух разных языках! Впрочем, эта гипотеза ничуть не приблизила ученых к разгадке тайны рукописи. Все еще впереди!

Мария РОСТОВА,
«Загляни за горизонт».

Пожалуй, уже не осталось людей на нашей планете, отрицающих тот факт, что имя влияет на характер человека, на его воззрения, привычки и - как результат - на все течение жизни. На эту тему написаны сотни тысяч статей и монографий. Основная их мысль сводится к памяtnому постулату из жизнеописания небезызвестного капитана Врунгеля: «Как вы яхту назовете, так она и поплывет». Как же сделать так, чтобы имя человека не висело на шее тяжкими веригами, а было незаменимым талисманом, щитом, путеводной звездой?



Мое имя – мой талисман

Личный бренд

С древнейших времен человечество более чем трепетно относилось к прозваниям, которые человек получал при рождении или инициации: Имя не давали просто так. Как правило, оно указывало на предназначение пришедшего в этот мир и было связано с именем Высшей силы, на покровительство и защиту которой рассчитывали родители.

Большинство традиционных имен, которые используются по сей день в христианских странах, взяты из Библии. Мы редко задумываемся об их первоначальном значении, но ведь никто его не упразднял. Обычно христианские имена несут в себе пожелания родителей относительно характера и судьбы их чада.

Так, богоугодные добродетели – любовь, кротость, терпение – выразились в именах Галина («тихая») или Ирина («мироносица»). В имени Исайя, которое буквально значит «да спасет тебя Бог», воплотилась надежда на постоянное верховное заступничество. Мария

же – «возвеличенная». Оно и верно: много имени Мать Спасителя иметь не могла, тем более что так ее нарекли родители – достойнейшие люди: Иоаким («заклинающий») и Анна («благодать»).

Разумеется, имя человека не только обеспечивает коммуникацию с Высшими силами. «Имя, – отмечает в своей статье «О редких именах: как имя влияет на жизнь» писатель и психолог Владимир Леви, – есть точка пересечения социальных, исторических и психологических аспектов самого разного порядка».

Если брать социальную составляющую, то имя в первую очередь призвано обеспечить своему обладателю место в обществе, заявить окружающим, что перед ними личность, персона достойная. Вот почему издревле детям старались давать имена не только благочестивые, но звучные, славные, выдающиеся.

Но с этим связано и немало «именных» неурядиц – когда родители давали чаду имя настолько необычное

и оригинальное, что оно приносило ребенку скорее не счастье и успех, а насмешки окружающих и комплексы (вспомним хотя бы классический пример советских времен – Даздраперма, что «переводится» как «Да здравствует Первое мая!»).

Главная причина таких неурядиц – родительский эгоизм. Зачастую родители стремятся назвать ребенка исходя из своих предпочтений, если не сказать предрассудков. И, как правило, не привносят в свои желания и решения ничего, что касалось бы истинных интересов ребенка, его будущего, его отношения к имени.

Как же действовать родителям, чтобы соблюсти интересы своего малыша?

Риск не уместен

Необычное имя (которое, быть может, и кажется родителям счастливым) – это всегда вызов и риск, вызов общепринятым стереотипам, вызов судьбе. Это риск, заложенный в самую сердцевину, в первооснову бытия и сознания родившегося

человечка. Сможет ли он справиться с этим риском, сживется ли с данным ему необычным именем?

Потому, советует психолог Владимир Леви, прежде чем как-то назвать ребенка, нужно хорошенько подумать, просчитать варианты, взвесить все «за» и «против».

А еще полезно адресовать себе еще несколько вопросов. Уверены ли вы, что имя, которое вы даете ребенку:

- понравится в дальнейшем ему самому;
- не будет вызывать насмешек или излишних вопросов со стороны того окружения, в котором ему, вероятнее всего, предстоит жить, начиная с детского сада и первых классов школы;
- хорошо сочетается с фамилией и отчеством;
- достаточно гармонично, благозвучно, не тяжеловесно, удобопроносимо;
- не содержит в себе чрезмерной претенциозности, пафосности, каких-то завышенных ожиданий, которые могут связать с именем и которые трудно будет оправдать.

Возможно, ответы на эти вопросы помогут найти верное решение – подходящее гармоничное имя.

Держим дистанцию

Говоря о том, как следует и как не следует называть детей, нельзя обойти стороной столь важную тему, как **именование в честь кого-либо**. Казалось бы, дело простое и благородное – увековечить в имени нового человека память о близком, родном или просто о кумире. Но это только на первый взгляд.

Все исследователи тонкостей человеческого имени в один голос заявляют: **именований «в честь» следует избегать**. Как уже отмечено, имя – это некий код, который накладывается на генетические свойства человека и вкупе с ними задает общий вектор жизни. Так **зачем челоюку принимать чужой код, взваливая на себя чужой крест? Зачем делать из судьбы своего ребенка слепок судьбы, например, его прадеда, который, несмотря на все свои достоинства, был, например, падок до вина, что в итоге его и сгубило?**

Или другой пример. Родители называют дитя именем кумира – рок-

музыканта, идола своего поколения в надежде придать малышу частичку таланта этого выдающегося человека, напрочь забывая о том, что дни своего кумира закончил в наркотическом бреду.

Потому **в выборе имени ориентируйтесь на традиции, руководствуйтесь собственными пристрастиями, однако не выходите за рамки разумного**. Имен тысячи – вы обязательно подберете для своего малыша яркое, оригинальное, надежное.

Но тут может возникнуть вопрос: **ведь каждое имя, какое ни выбери, носили миллионы человек – как дистанцироваться от их судеб?** Очень просто – брать только имя, вернее первоначальную его суть, а всю прочую информацию отсекают, не ассоциировать имя и нового его владельца ни с кем из предшественников. Тогда его судьба пойдет своей нетронутой дорогой.

По материалам газеты

Оракул

(№ 11, 2010)

и Интернета.

Прозвище на счастье

И все же жизнь без ошибок и казусов не обходится. Положим, некоему субъекту выпало носить волне гармоничное и тщательно подобранное родителями имя, которое он сам никак не может принять и полюбить. Что делать? Ответ, казалось бы, один – идти в загс и менять имя.

Но не так-то это просто изменить данный при рождении «код» и приклеившееся с детства прозвание. И дело тут не в бюрократических препонах (тут-то как раз все не так уж сложно).

Всю жизнь мы привыкаем отождествлять себя с тем, как нас зовут. И даже если имя чем-то не нравится, поменять его решится далеко не всякий – не каждый сумеет перешагнуть через этот психологический барьер.

Как же изменить имя? Неужели действительно идти в загс, а потом в течение долгих лет напоминать друзьям и знакомым (да и самому себе тоже), что теперь вы никакой не Иван, а настоящий, всем на загляденье Венцеслав?

Можно обойтись, что называется, малой кровью. Разработчик «звуковой теории имени» Борис Хигир рекомендует взять не официальное второе имя, прозвище, ник. Просто подберите себе прозвание, которое приятно на слух, с которым вам проще жить. Поначалу не обязательно оглашать новое имя во всеулышание, пока пользуетесь им кулуарно. Достаточно того, что этим именем вы будете сами себя называть – это все равно сработает.

И главное – помните о том, что имя – это невидимая броня, прикрывающая вас от жизненных неурядиц. Берегите его и живите с ним в согласии.

Как вы звучите?

Есть разные теории, объясняющие влияние имен на характер человека – например, социально-эмоциональная (историческое значение имени и его восприятие окружающими) или так называемая звуковая теория.

Одни имена звучат мягко, мелодично, приятно, а другие, наоборот, могут вызывать неприятные эмоции и даже раздражение. **Имя, как и любое слово, – это, по сути, определенный набор звуков разной высоты и тембра. Различные наборы звуков, неодинаковые звуковые раздражители приводят в возбуждение разные структуры мозга.**

Это и есть так называемая «музыка имен». От того, какова она, во многом зависит изначальное отношение окружающих к носителю имени. В дальнейшем это отношение может измениться, но когда неприятно звучащее имя вызывает у многих однотипную негативную реакцию, то это действительно может сказаться на жизни обладателя этого имени. Так что при выборе имени для ребенка не забывайте и об этом важном факторе – о его звучании.

Погладь свинку!

Туристическая примета приписывает статуе бронзового кабанчика из Мюнхена способность исполнять желания. Так что если посетите этот город, непременно найдите музей охоты и рыболовства (он расположен на одной из главных улиц) - рядом с ним на мостовой и находится фигура волшебной свиньи.

Если потрете пяточек бронзовой хрюшки, обретете богатство, ну а если погладите бок кабанчика - обязательно найдете свою вторую половинку.

«Вепрь», или, как называют его жители Флоренции, «Поросенок» - это старинный фонтан работы Пьетро Такка, который также обладает волшебной способностью исполнять желания. Правда, для этого придется проделать довольно хитрый ритуал. Надо взять монетку, засунуть ее под язык бронзового зверя, а потом подождать, пока она выскользнет под ноги вепрю, где находится решетка. Следите внимательнее: если денежка проскользнет сквозь решетку, ваше желание сбудется!

Ну а если потерять пяточек свинки, вы обязательно найдете свое счастье. Откуда взялось это поверье? По легенде, в XVI веке во Флоренцию забежал дикий кабан. Испуганные жители тут же попрятались по домам. Один лишь маленький мальчик без страха подошел к зверю, погладил оторопевшего вепря по пяточку, после чего тот спокойно ушел обратно в лес.

Волшебство Карлова моста

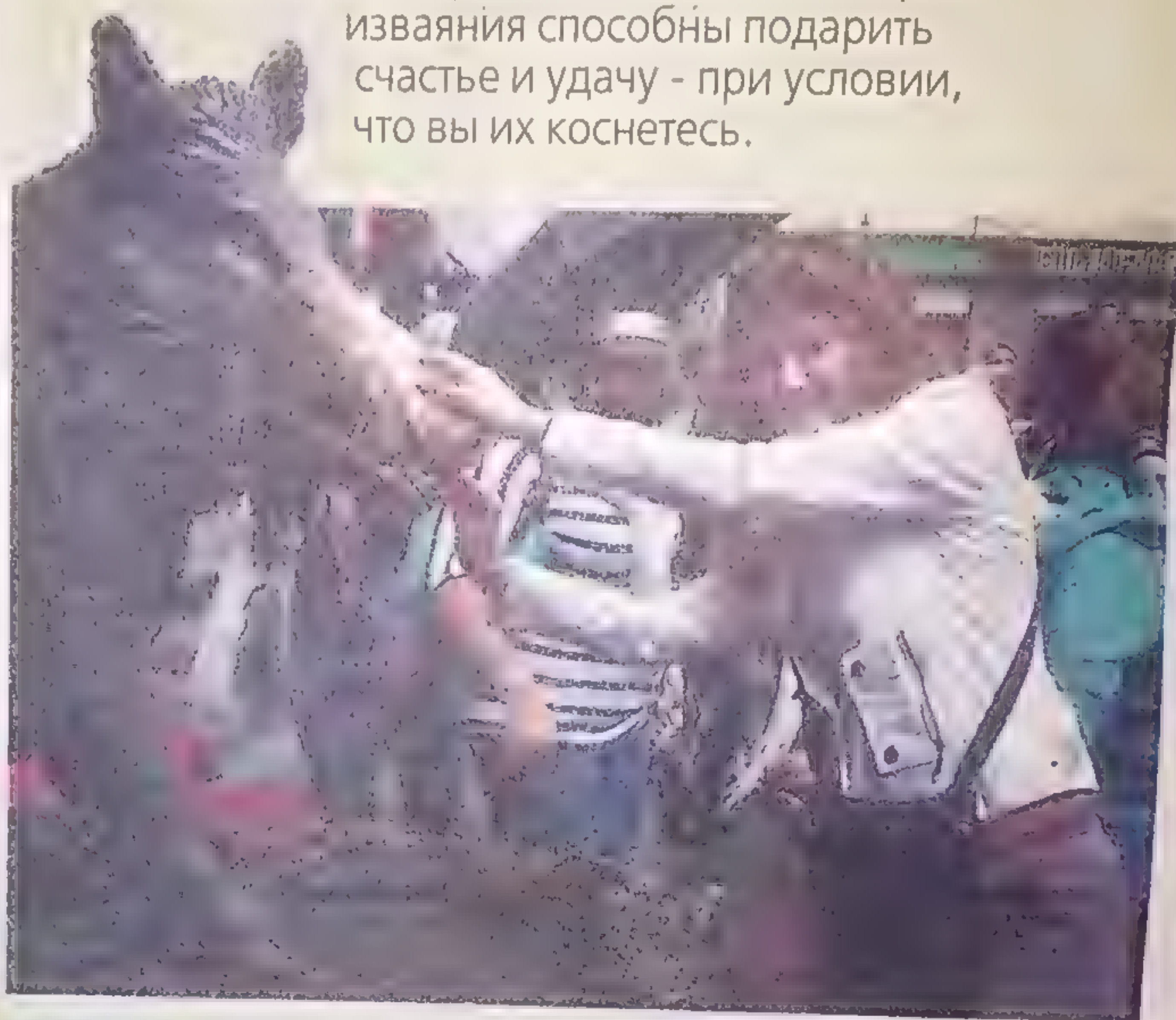
На Карловом мосту, что в Праге, есть где разгуляться туристу. Здесь множество статуй и до каждой из них можно и нужно дотронуться.

Фигура Яна Непомуцкого, например, подарит каждому прикоснувшемуся к ней счастье. Кто такой этот Ян Непомуцкий? Он был исповедником королевы Чехии. Ее венценосный супруг, имея все основания подозревать свою первую леди в неверности, приказал священнику во что бы то ни стало выдать тайну исповеди. А когда Непомуцкий наотрез отказался, сбросил упряма с Карлова моста.

Если же погладить собачку возле ног бронзового священника, ваши домашние питомцы всегда будут живы-здоровы.

«Тронутые» статуи

Если верить народной молве, некоторые изваяния способны подарить счастье и удачу - при условии, что вы их коснетесь.



Ганс Христиан, помоги материально!

Откуда взялось поверье, что статуя знаменитого сказочника Ганса Христиана Андерсена в Копенгагене волшебным образом улучшает материальное положение, неизвестно. Это поверье противоречит всякой логике: ведь известно, что писатель всю жизнь нуждался в деньгах. Но факт остается фактом: туристы верят, что если потереть колено статуи, богатство не замедлит себя ждать. Правда это или нет, но колено Андерсена отполировано до блеска.

Способностью одарить туриста звонкой монетой обладает памятник в холле отеля «Де Пари» в Монако. Знатный дворянин верхом на бронзовом коне, словно магнит, притягивает любителей легкой наживы. А все потому, что если потереть копыто коня, выигрыш в казино гарантирован!

В Ялте желающие обрести богатство спешат потереть ухо бронзовому памятнику Рабиновичу - он появился в городе пятнадцать лет тому назад. Говорят, от кризиса спасает!

А в Славянске таким же «денежным» считается памятник... «челноку». Индивидуальный предприниматель эпохи перестройки тащит огромную сумку с вещами, а в его кармане - диплом о высшем образовании. Если потереть ботинок «челнока», вскоре на вас свалятся бешеные деньги.

№ 2 января **2002 г.**

тѣмъ же и въ нѣмъ.

АМО ИГЦБНИБ БА ОЛГОЛЕТНЕ

Основана в 1994 году, выходит 2 раза в месяц

для Украины 41332
для России 79671

Подписной индекс:

В КАЖДОМ ЧЕЛОВЕКЕ
ТАИТСЯ ЦЕЛЫЙ МИР

speakers
partner

Кап. Ченгиз
Орман
Бол.Орман

சென்னை-1
தமிழகம்
வாழ்நகர்

WALL TO WALL

Српско
"Звезда"
Видна



Исцеление внутренними силами

**ГРЕЧЕСКИЙ ФИЛОСОФ
ДЕМОКРИТ**

**(ОКОЛО 460—380 ГГ.) СДЕЛАЛ
ВЫСКАЗЫВАНИЕ, КОТОРОЕ
СЕГОДНЯ СТОЛЬ ЖЕ СПРА-
ВЕДЛИВО, КАК И В ТО ВРЕМЯ:
«ЛЮДИ ВЫМАЛИВАЮТ
ЗДОРОВЬЕ У БОГОВ.
А О ТОМ, ЧТО В ИХ
СОБСТВЕННЫХ РУКАХ ЕСТЬ
ВОЗМОЖНОСТЬ СОХРАНИТЬ
ЕГО, ОНИ И НЕ ДУМАЮТ!»**

«Шаман достигает успеха по той же самой причине, что и каждый врач. Каждый пациент несет своего врача в себе. Вы приходите к нам и не знаете правды. Мы сделаем самое лучшее, если дадим шанс приступить к работе тому врачу, который живет внутри пациента».
Альберт Швайцер, 1875-1965 гг.,
из кн. «Врач в первобытном лесу».

самому поддерживать свое здоровье и ухаживать за ним. Цель врача, заключается также и в том, чтобы сделать человека знающим, так чтобы он, по возможности, не зависел от врачебной помощи, и сам знал, что для него хо-

няя система исцеления работает во сне. Из исследований по расслаблению нам известно, что сознательно проведенное глубокое расслабление является универсальным целительным средством как для тела, так и для души.

Силой наших мыслей

Следовательно, в принципе, мы можем сами позаботиться о своем здоровье и хорошем самочувствии. Однако решающий фактор заключается в нашем внутреннем настрое и в поведении. Как мы относимся к жизни? Полон ли наш стакан еще на половину или он уже наполовину пуст? Видим ли мы на розе больше шипов, чем цвет? Тот, кто имеет оптимистический настрой в жизни и верит в положительное решение, тот даже в кажущихся безвыходными ситуациях не теряет надежды; кто видит в своей жизни положительный смысл, тот посылает своему телу послание, укрепляющее его иммунные клетки.

Чувство положительной самооценки, уверенность, доверие и юмор существенно способствуют укреплению здоровья: Аналогичным образом, положительные и отрицательные мысли и слова являются энергетическими силами, которые воздействуют непосредственно на каждую клетку тела. Они вызывают соответствующие биохимические реакции.

Ваша С. Костанда

Человек знающий

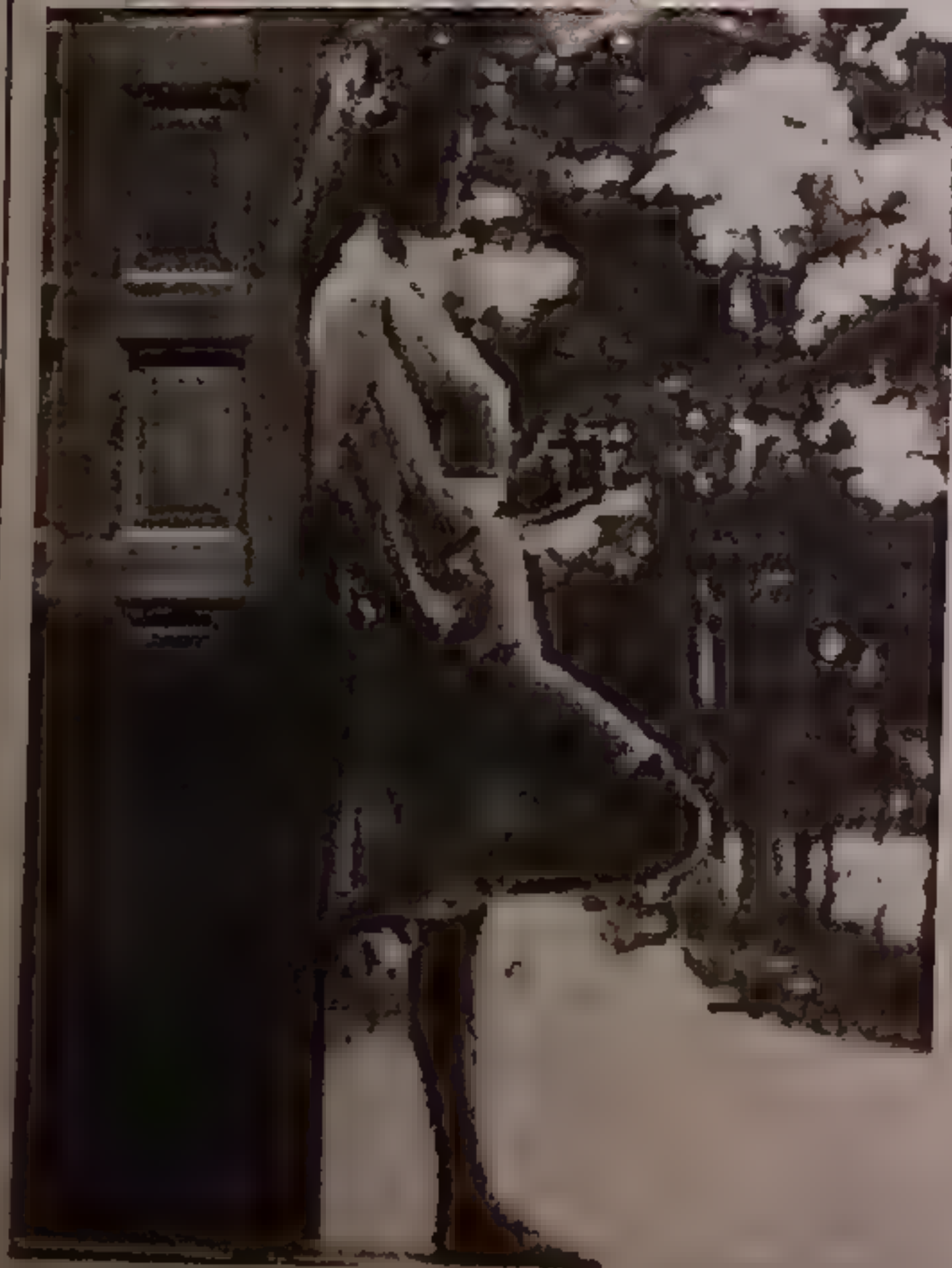
«Молим» ли мы богов или врачей восстановить наше здоровье, это имеет, пожалуй, лишь второстепенное значение. Решающим является скорее то, что сила, которую мы называем самоисцелением, во все времена недооценивалась. Наше тело имеет способность исцелять себя само. Утверждение этого факта является другой важной целью: человек должен получить обширные знания о собственных возможностях, чтобы

самоу поддерживать свое здоровье и ухаживать за ним. Цель врача, заключается также и в том, чтобы сделать человека знающим, так чтобы он, по возможности, не зависел от врачебной помощи, и сам знал, что для него хо-

В каждом человеке тлится целитель

Природа снабдила каждого человека программой исцеления. Эта программа влияет при помощи высокоэффективных механизмов на все области нашего физического существования, она оказывает стабилизирующее, выравнивающее, очищающее и восстанавливающее действие: клетки и ткани ежедневно создаются заново, шлаки вымываются, производится новая энергия, а возникшие дефекты ремонтируются. Наш мозг в состоянии изготовить собственными силами целый ряд фармакологически эффективных лекарств, например, обезболивающие средства, снотворные, транквилизаторы и антидепрессанты. Они синтезируются (высвобождаются) без вредных побочных действий.

Мы можем уверенно опираться на нашу иммунную систему и ее необычайные способности, когда речь идет о борьбе с бактериями и вирусами. Особенно эффективно наша внутрен-



19 января – праздник Господнего Богоявления

Святая тайна Крещения.

Среди Семи святых тайн, которые установил Господь Иисус Христос, а святая Церковь их бережет и ими спасает люд Божий, самой важной есть Крещение!

Но сегодня можно видеть упадок истинного понимания Крещения. Многие из нас называют себя христианами только потому, что когда-то были крещены. И даже людьми «церковными» иногда не до конца понимается вся глубина этой тайны.

Ее роль почему-то сузилась до очищения от перво-родного греха и получения высших ласк и спасения. Но

сама эта ласка без соучастия личности не всегда достигает эффект Крещения и не есть начало нашего спасения, а итог нашего пути к спасению. Припомним крещение Иоана: Предтеча крестил тех, кто уже покался в грехах и решил изменить свою жизнь.

Хотелось бы чтобы каждый из нас, крещенных, чаще вспоминал о своем крещении, свое отречение от зла, свои обеты. Только когда наши дела будут одевать нам светлую одежду тех, «что в Христа оделись», тогда без стыда мы сможем сказать всему свету: «Я крещенный! Я христианин!», и свет нам поверит.

О, дивный мой спаситель!

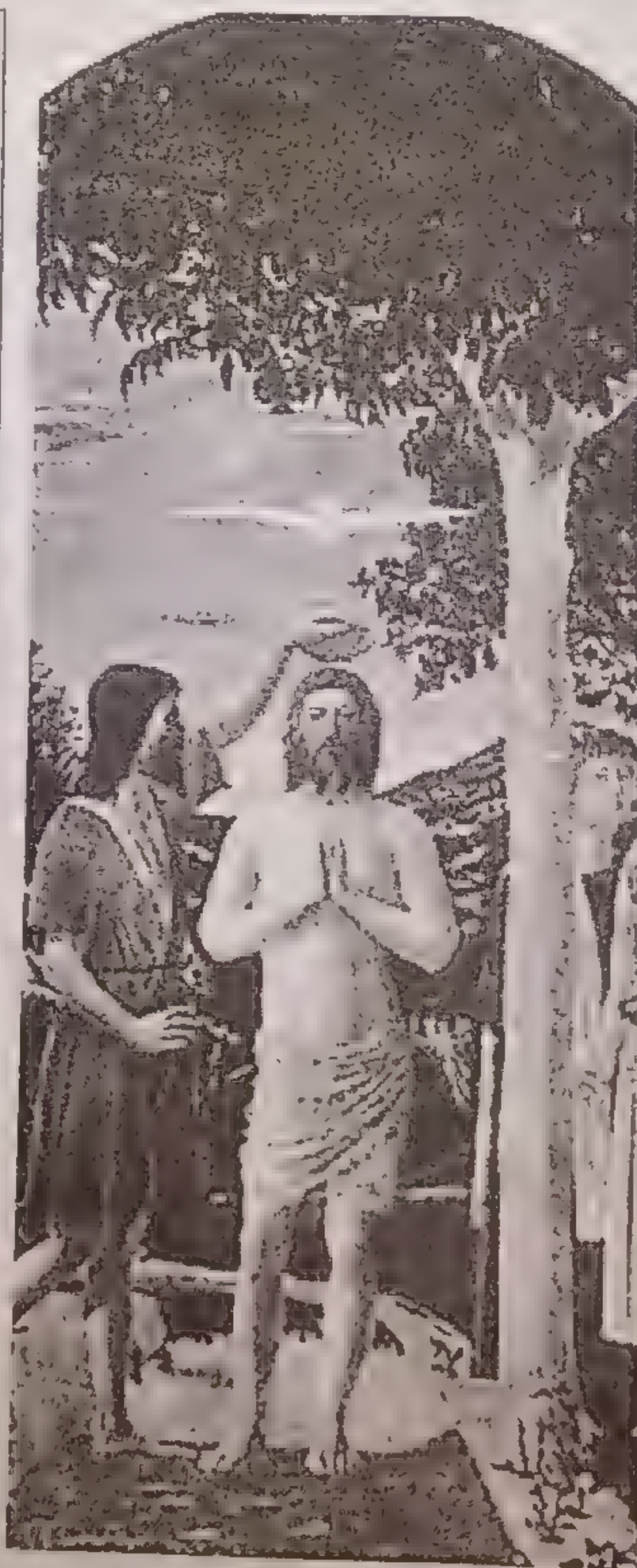
*О, дивный мой Спаситель!
Ты песнь хвалы моей;
Единый утешитель
Средь бедствий и скорбей.*

*Лишь ты — моя надежда
Во дни тяжелых лет,
И если мрак окружит,
Ты шлешь мне в сердце свет.*

*Тебе я доверяю,
Ты — верный возгдъ в пути,
И к небу; к жизни вечной
Поможешь мне дойти.*

*Ты мне всего дорожее,
Дорожее, чем весь мир;
Тебя я славить буду,
Придя на брачный пир.*

*О, дивный мой Спаситель,
Ты песнь хвалы моей;
Нет в мире этом друга
Дорожее и верней.*



Построю храм

Упал мороз, когда цвели сады, -
Пришла беда, когда ее не ждали...
О Матер Мира, вразуми детей,
Что стыд и честь,

и совесть потеряли!
Вновь вместо добродетели — обман,
Разнузданность страстей —
взамен свободы...
И вместо Храма в грязный балаган
Должны входить мы
в эти злые годы...

Построю прочный Храм в душе моей
И освящу своею чистотою,
Ведь Святости нигде я не найду,
Пока в душе я Бога не открою.

Построю Храм Божественной Любви
Из чистых дел, и слов,
и помышлений,
И на Алтарь Служения Христу
Я принесу деянья, кровь и тело.

Пусть чистой будет
жертвенность моя,
Без жажды Славы и желанья Рая:
Родится вновь на благо всех существ,
Светить и греть, костром ночи сгорая.

И пусть немногих обогрею я,
Пусть ночь длинна
и топлива немного —
Я поступаю так,
как мне мой долг велит:
Светить и греть, указывать дорогу.

Н. Спицын

ЗНАНИЯ О ПРАВИЛЬНОЙ СМЕРТИ НУЖНО ЖИВЫМ

Предисловие переводчика

«Тибетская книга мертвых» — первый том тибетской четырехтомной серии, соавтором и редактором которой является ученый-антрополог Оксфордского университета д-р, Эванс-Вентц. Это древний тибетский трактат о ритуалах, совершаемых над умирающим во время оставления им физического тела и над умершим во время пребывания его в промежуточном состоянии перед его новым воплощением, включающих чтение наставлений умирающему и умершему, которые должны помочь ему преодолеть тяготы неизбежных для него состояний и указать путь к истинному счастью, которым является высшее знание.

Эта книга произвела глубокое впечатление на выдающегося психолога нашего времени К. Юнга, когда он впервые познакомился с ней в 1927 г. Он дал глубокий анализ содержания этой книги и показал, насколько глубоко проникли мудрецы Востока в тайны жизни и смерти и насколько выше их знание человеческой психики по сравнению с представлениями европейцев.

Это знание необходимо всем людям, чтобы они могли при наступлении смерти уходить из этого мира спокойно и радостно. Но проникнутая материалистическим духом западная медицина не обладает этим знанием

и потому не может оказать психологической помощи умирающим. Более того, как с горечью отмечает Эванс-Вентц, врачи не дают человеку умереть спокойно, с ясным непрерывным сознанием, хотя это

очень важно для его дальнейшей судьбы. На Западе только церковь может помочь человеку при его кончине и после нее. Таково мнение Эванса-Вентца и Юнга. Но в то же время они, как и известный востоковед и знаток тантр Дж. Вуд-рофф, отвергают доктрину официальной церкви о вечном наказании и вечной награде после смерти как ошибочную и противоречащую логике. Истинным и научным они считают древнее учение о перевоплощении, принятое Пи-

Исследование непознанной природы человека сполна — с собой по-настоящему научным и йогическим, описываемым в этой книге, несравненно важнее, чем исследование космоса. Если побывать в физическом теле на Луне, Венере или на какой-нибудь другой планете, то это расширит знание человека, но только знание преходящих вещей. Конечная цель Человека, как учат мудрецы в этой книге, — уйти от преходящего. Каждый из нас должен спросить себя: «Кто я?», «Почему я родил-

Тибетская

фагором, Платоном, гностиками и великим христианским писателем Оригеном.

«Ты поймешь, что знать, как умирать, — наука самая ценная и превосходящая все другие науки. Нет человека, который бы не знал, что должен умереть, как нет человека, который мог бы жить вечно или надеялся и верил в это, но очень немногих тех, кто знает, как умирать.

Я сообщу тебе тайну этого учения, и это принесет величайшую пользу твоему душевному здоровью и послужит утверждению основания всех добродетелей».

Orologium Sapientiae

«Вопреки своей воле умирает тот, кто не знает, как умирать. Научись умирать, и ты будешь знать, как правильно жить, ибо не знает, как правильно жить тот, кто не знает, как умирать».

«То, что есть здесь, есть и там, что есть там, есть и здесь. Тот, кто видит здесь другое, встречает смерть за смертью. Только глубинным сознанием это можно понять. От смерти к смерти идет тот, кто отличает этот мир от другого».

Кангха Упанишада, IV, 10—11
(перевод на английский язык
Свами Шарвананды)

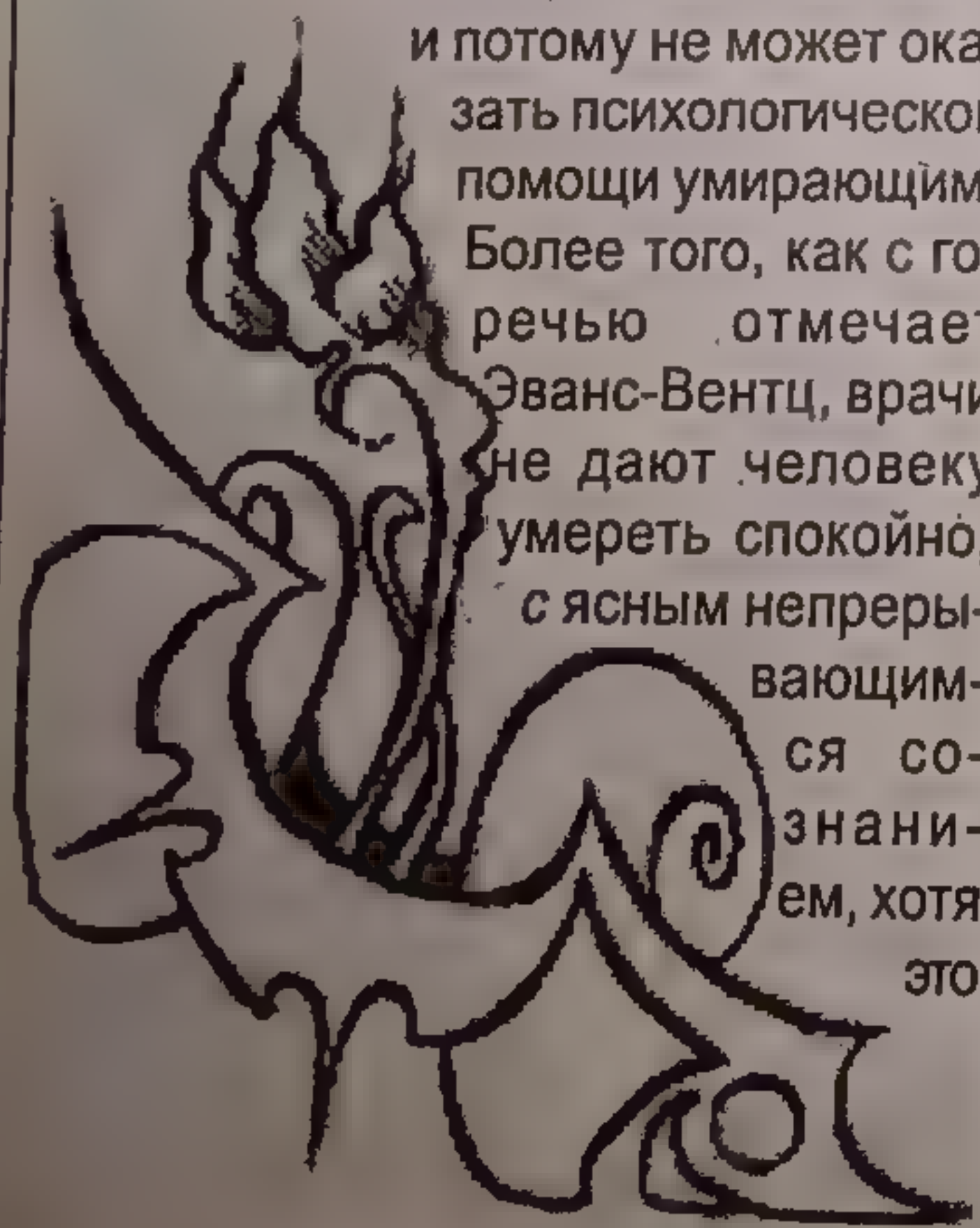
ся?», «Куда я должен уйти?», «Почему существует рождение и почему существует смерть?»

Редактор рад сообщить, что лежащая перед нами книга признана всеми — не только представителями различных вероисповеданий — католиками, протестантами, но также учеными.

Идея книги

Об искусстве умирать, которому обучали при посвящении в древние таинства во время ритуала символической смерти, писали многие известные посвященные, и, как следует из «Египетской книги мертвых», древние народы средиземноморских стран знали, вероятно, гораздо больше, чем знают сейчас их потомки в Европе и Америке.

В эпоху средневековья и последовавшего затем Возрождения в Европе еще в достаточной мере владели знанием о смерти, чтобы понимать особую важность знания о том, как следует умирать, и многие трактаты, о которых мы упоминаем в нашей книге, были тогда широко распространены. Древние христианские церкви, особенно римская, греческая, англиканская, сирийская, армянская, коптская и некоторые другие, возникшие в период Реформации, мудро положили в основу своей ритуальной практики многие принципы



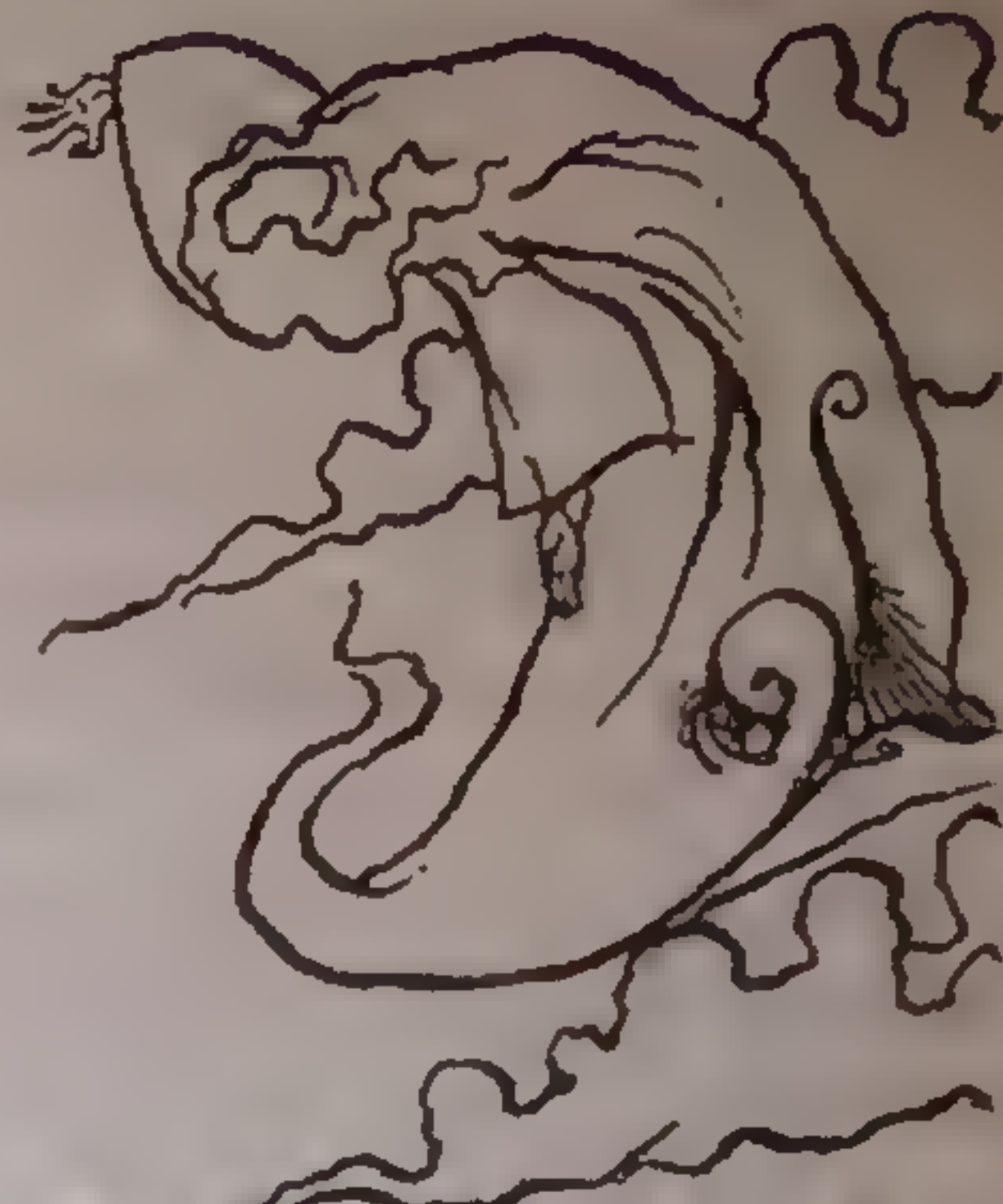
ВЕКОВАЯ МУДРОСТЬ ЗНАНИЙ

дохристианского учения о смерти. И сегодня эти церкви оказывают помощь умирающим, представляя разительный контраст в социологическом и культурном отношении с приземленной-медицинской наукой, которая не может сказать умирающим ни одного напутственного слова о загробной жизни, наоборот, часто своей сомнительной практикой усиливает, а не уменьшает необоснованный страх и обычно наблюдаемое сильное нежелание умира-

Предисловие ламы Анагарики Говинды

Относительно жизни после смерти можно услышать такие возражения: «Тот, кто еще не умер, не может правильно судить о смерти. И так как, наверное, никто оттуда никогда не возвращался, как может кто-нибудь знать, что такое смерть и что происходит после нее?»

Тибетцы ответят: «Нет ни одного человека, ни одного живого существа, кто бы не вернулся после



Книга мертвых

рать у своих находящихся на смертном одре пациентов, которым вдобавок назначают отупляющие лекарства и инъекции.

На Западе, где знание о правильной смерти известно мало и применяется редко, нежелание умирать очень распространено; как показано в ритуале Бардо, это приводит к отрицательным последствиям. Например, в Америке материалистической медициной делается все возможное, чтобы задержать смерть, помешать процессу смерти. Часто умирающему не дают умереть дома, а когда его привозят в больницу, то не дают умереть в нормальном спокойном состоянии. Умереть в больнице во время действия одурманивающего наркотика или какого-либо стимулятора, вводимого умирающему с тем, чтобы он как можно дольше цеплялся за жизнь, так же плохо для него, как для солдата быть убитым на поле сражения разрывным снарядом. Подобно тому, как неправильные действия врача могут привести к ненормальным родам, непоправимый вред наносится и при вмешательстве в естественный процесс смерти.

смерти. Прежде чем мы оказались здесь, мы умирали много раз. И то, что мы называем рождением, это просто обратная сторона смерти, как одна из двух сторон монеты или как дверь, которую, находясь снаружи, мы называем «входом», а находясь в комнате — «выходом».

Гораздо удивительнее то, что не каждый помнит свою прошлую смерть, и потому те, кто не помнит, не верят в нее. Но они также не помнят свое недавнее рождение, хотя не сомневаются в нем. Люди забывают, что действующая память — только небольшая часть нашего обычного сознания, и не знают о том, что память нашего подсознания регистрирует и сохраняет каждое прошлое впечатление и каждый прошлый опыт, вытесненный из поля зрения нашего бодрствующего ума.

Среди людей есть такие индивиды, которые с помощью концентрации и других йогических методов могут вывести подсознание в область различного сознания и раскрыть неисчерпаемое богатство скрытой в подсознании памяти, где запечатлены не только наши прошлые жизни, но также прошлое нашей расы, человечества и всех предшествующих человечеству форм жизни, и даже самого

того сознания, которое делает возможной жизнь в этой Вселенной.

• Если бы природа, захотев над нами подшутить, внезапно открыла врата подсознания, неподготовленный человеческий ум был бы потрясен и сокрушен. Поэтому врата подсознания охраняются всеми посвященными и скрыты под покровом таинств и символов.

Этим объясняется, почему «Бардо Тхёдол», тибетская книга, приносящая освобождение от промежуточного состояния между жизнью и новым рождением (которое мирские люди называют смертью), изложена символическим языком. Книга запечатана семью печатями молчания, но не потому, что ее учение следует скрывать от непосвященных, а потому, что, если оно будет неправильно понято, это может привести к ошибкам и нанести вред тем, кто не готов принять его. Но наступит время сорвать печати молчания, так как человечество подошло к тому состоянию, когда оно должно решить: довольствоваться ему подчинением материальному миру или стремиться завоевать мир духовный путем подавления эгоистических желаний и преодоления созданных им самим препятствий.

О. Т. Туманова

Жасмин и роза - духи-хранители беременных

ЗЕМЛЯ И КОСМОС

О ЧЕМ РАССКАЖЕТ УСТРИЦА?

ОТ ЧЕГО МЫ БОЛЕЕМ

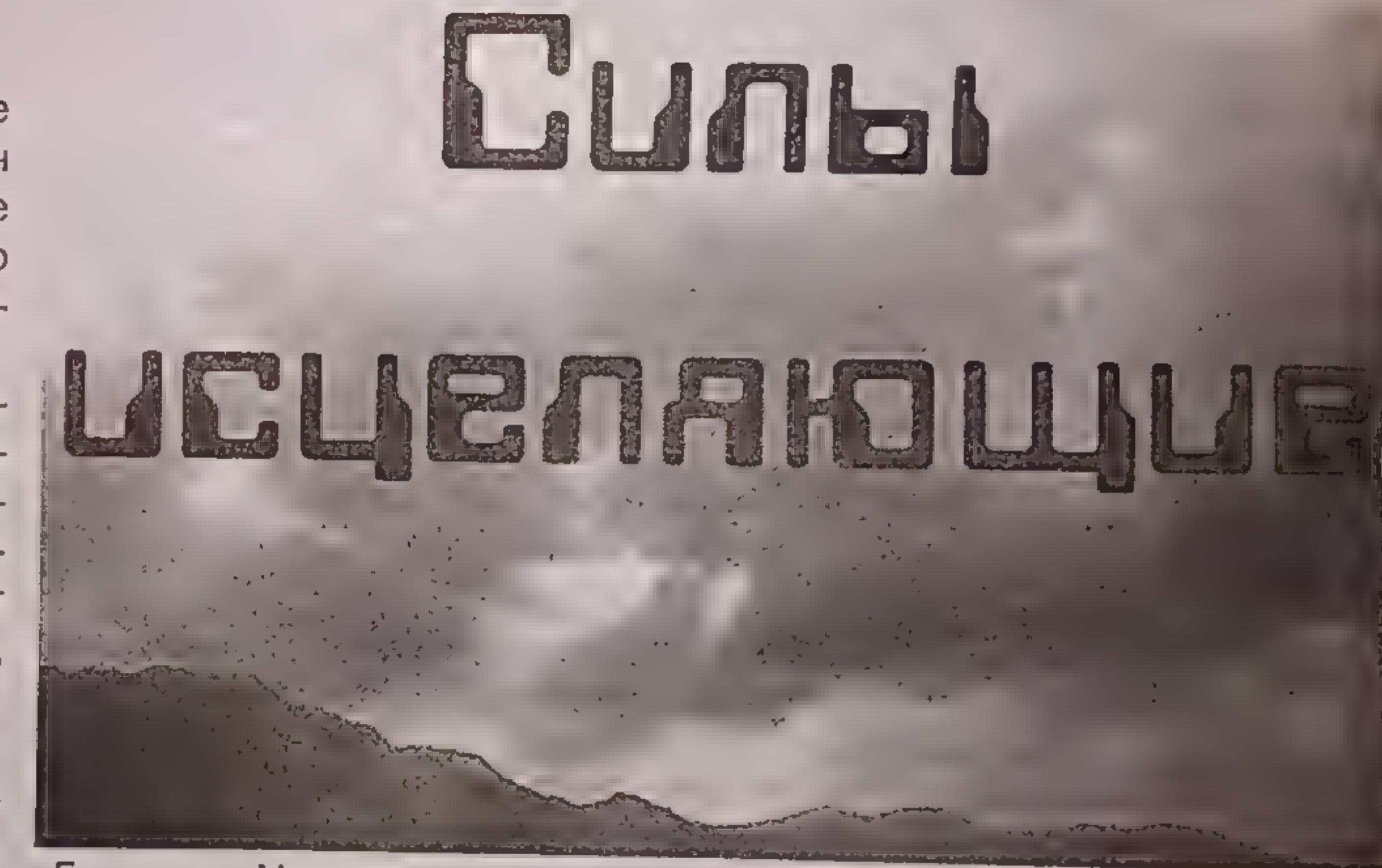
КОСМОС вообще — не только своими излучениями, но и, так сказать, своим присутствием даже не то что оказывает влияние, а прямо-таки обуславливает жизнедеятельность всех живых существ на Земле.

Древняя естественная медицина принимала это как аксиому, не требующую доказательств. И потому самые искусные врачи древности непременно были астрологами и, приступая к лечению больного, прежде всего составляли его гороскоп, выясняя благоприятные сочетания планет, Солнца, созвездий.

Гороскопы - это серьезно

Иногда, когда астральные влияния считались особенно неблагоприятными, лечение даже тяжелых случаев откладывалось до более счастливого сочетания космических тел.

Долгое время — несколько столетий — такие действия древних врачей вызывали в среде ученых только язвительный смех. Однако несколько десятилетий назад смех этот несколько приутих. Наука осознала, что и в гороскопах «что-то есть». Этим «что-то» оказалась возникшая в 30-х годах нашего столетия биоритмология. Одним из первых обратил внимание науки на зависимость протекания различных жизненных процессов в организмах, населяющих Землю, от космических факторов А. Л. Чижевский. Еще в 1915 году восемнадцатилетний калужский гимназист сделал доклад «Периодическое влияние Солнца на биосферу Земли», в котором выдвинул смелые догадки о космической природе внешних и непонятно откуда взявшихся (как считалось в то время) вспышек эпидемий и эпизоотии. Дальнейшая работа, связанная с экспериментальным изучением этого вопроса, подтвердила гипотезы Чижевского, и в 1929 году он публикует в



«Бюллетене Международной биокосмической ассоциации», выходящем в Тулоне, статью «Космическая радиация как биологический фактор». В своих работах ученый убедительно доказал существование корреляции между солнечной активностью и вспышками размножения болезнетворных микробов. «Жизненные функции патогенных микроорганизмов стоят в прямой связи с электрическими и электромагнитными пертурбациями во внешнем космическом (теллурическом — земной — В.Г.) пространстве, то есть вирулентность бактерий есть функция радиации космо-теллурической среды», — пишет он.

На базе этого учения появилась новая научная дисциплина — гелиобиология. «Фронт исследований в области гелиобиологии чрезвычайно обширен», — говорится в решении президиума Академии наук РФ, — «и охватывает ныне наблюдения врачей за возникновением, течением и исходом сердечно-сосудистых заболеваний, за состоянием нервной системы; исследования эпидемиологов, связанные с изучением динамики инфекционных заболеваний и цикличности эпидемий; экологов и зоо-

логов — по изменению численности и скорости размножения различных животных; дендрологов — по изучению колебаний прироста древесных пород; агрономов — по исследованию изменчивости урожайности сельскохозяйственных культур и т.д.».

Но как бы ни была обширна область применения гелиобиологических знаний, сама гелиобиология — только часть общей научной дисциплины — биоритмологии, исследующей влияния магнитных и гравитационных сил планет и Солнца, звезд и галактик, словом, всей Вселенной на земную жизнь и функционирование биосферы в целом.

ТАЙНЫ ПРИРОДЫ

Высокая точность биоритмов

Т аинственная точность биологических ритмов, по которым живут цветы и птицы, насекомые и млекопитающие, занимала умы ученых задолго до наступления нашего века. Еще в середине XVIII столетия К. Линней создал цветочные часы, используя для этого удивительную способность цветковых растений раскрывать и закрывать цветы в точно заданное время. Изучением биоритмов занимались и Дарвин, и Тимирязев, и другие известные естествоиспытатели. Но все это было скорее некой забавой, отдыхом среди серьезных научных исследований. Тем более что существовала уверенность, что в этом вопросе нет никаких сложностей. И растения, и животные, так же, как и далекие предки человека, не знавшие механических часов, корректируют время по бегу Солнца на небосводе.

Сложности начались тогда, когда исследователи смогли глубже проникнуть в тайны этого явления.

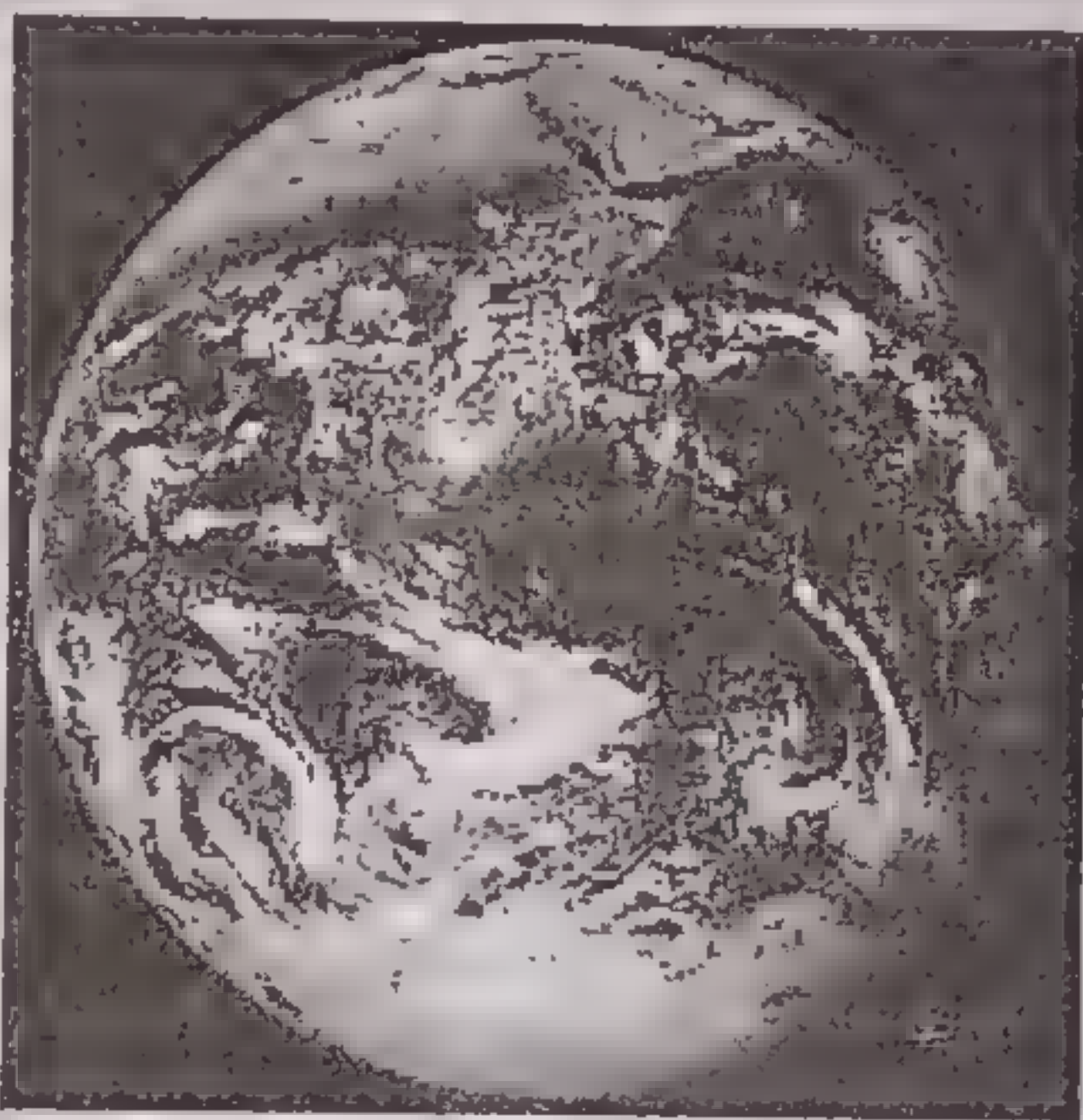
А луна - милее!

Изучение жизни крабов показало, что их деятельность имеет два совершенно четко выраженных суточных ритма. Один зависит от вращения Земли вокруг своей оси и связан с Солнцем; периодичность его составляет 24 часа. Другой связан с лунными сутками, длительность которых 24 часа 50 минут. Дальше — больше. Оказалось, что в некоторых случаях ритмы солнечных суток и вовсе не играют никакой роли.

Приливы и отливы морей, зависящие от гравитационного воздействия Луны, влияли на живые существа еще с тех времен, когда океанская вода была единственной средой их обитания. Морские моллюски приспособились на время отлива, когда отмели обнажаются, крепко сжимать створки раковин — и потому, что им нечем поживиться в непривычной воздушной среде, и потому, что вреден воз-

дух, и потому, что на обсохших отмелях находится немало самых разных охотников полакомиться нежным мясом моллюсков.

Устрицы, обитающие в прибрежных районах Атлантического океана, вблизи американского города Нью-Хейвена, отнюдь не исключение из этого правила. Тысячелетиями, когда Луна была в зените и прилив достигал наивысшего уровня, они раскрывали на максимальную величину створки своих раковин и накрепко закрывали их при отливах. Однажды несколько десятков устриц в темном резервуаре перевезли на запад, в Эванстон, расположенный в глубине



континента. Место это было выбрано для того, чтобы исключить влияние океанских приливов и отливов. А чтобы избежать влияния солнечного света, их поместили в темной комнате в лотки с морской водой. Первые дни ритм жизни моллюсков проходил по нью-хейвенскому времени. «Однако к концу второй недели устрицы изменили свой ритм и стали максимально открывать свои раковины, когда Луна находилась в зените и надире для Эванстона», — пишет Р. Уорд в книге «Живые часы». — Вновь установившееся расписание они сохраняли целый месяц, в течение которого велись эти исследования. Положения Луны в зените и надире — противостоящие положения Луны — соответствуют периодам наибольшего приливного воздействия Луны, которое проявляется в максимальных ат-

мосферных приливах в Эванстоне. Этот же гравитационный эффект определял бы здесь максимальную высоту и океанских приливов, если бы Эванстон находился на берегу моря». Так было вполне достоверно доказано влияние положения космических тел на периодичность ритмов жизни и деятельности живых существ.

Мы все - лунатики?

Как показало изучение биоритмов человека, большинство из нас — «лунатики», предпочитающие ритм лунных суток солнечным. Группы добровольцев не раз поселялись в глубоких пещерах или максимально изолированных от внешних воздействий помещениях. Ритм жизни был свободнотекущим, не зависящим от смены дня и ночи, постоянно поддерживалось неяркое искусственное освещение, бодрствовали и спали тогда, когда хотелось. Через некоторое время — у разных групп адаптация проходила по-разному — выяснилось, что в таком режиме организм предпочитает жить сутками (примерно около 25 часов — с незначительными колебаниями в ту и другую сторону для каждого из испытуемых). Такой биоритм назван циркадным — околосуточным (некоторые ученые предпочитают называть его более точно — циркадианным, но я буду употреблять наиболее распространенную его форму).

Медики давно заметили, что в иные дни вдруг ни с того ни с сего состояние здоровья того или иного пациента резко ухудшалось. Объективных причин, приведших к этому, вроде бы не было: и погода стояла ровная, и лекарства давались испытанные и все время одни и те же, но вот вместо ожидаемого улучшения больному становилось хуже. А несколько дней спустя — опять вроде бы ни с того ни с сего — больной быстрыми темпами шел на поправку.

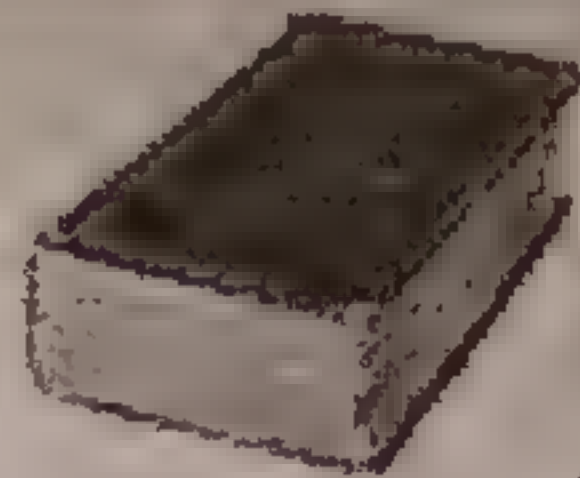
(Продолжение следует)

Кошки эффективно снимают стресс!

Самоисцеление и долголетие № 2

**Я подключен
ко вселенскому
космическому
компьютеру**

**Делаю полную
диагностику здоровья
любому человеку по письму,
телефонному звонку**



**могу просмотреть
судьбу человека
от рождения до
смерти... и после**

Слово ясновидящему Владимиру Анатольевичу Соломину.

- В. А. — есть такие книги как «Тибетская книга мертвых», «Египетская книга мертвых», где подробно описываются состояние душ людей после смерти. Вы согласны с этими описаниями?

В зависимости по какой программе человек жил, каждый уходит по разному и время перехода тоже разное, не обязательно 40 или 45 дней. Например: Я рассматривал переход в иной мир одной женщины по просьбе детей.

Определил, что она упала и ударилась головой и последняя мысль ее была: «Я забыла выключить что-то на кухне, поэтому не могу уйти сейчас». Мои слушатели были поражены: «Да, после ее смерти из-за не выключенного чайника произошло какое-то возгорание».

Я кстати, могу заранее сказать как будет умирать каждый человек.

- А что происходит с человеком после момента смерти?

- Начинает его душа — это энергетическая субстанция, метаться: - то в тело, то из него, это продолжается долго. Затем душа как бы куда-то призывается, она находится в «подвешенном состоянии» до решения «ее судьбы» некоторое время.

- Где она в это время находится?

- Рядом с телом. Когда происходит метание она еще не знает что ей делать.

Есть души которые переходят с радостью, а есть с тоской. Но я еще раз повторяю: «У каждого по разному».

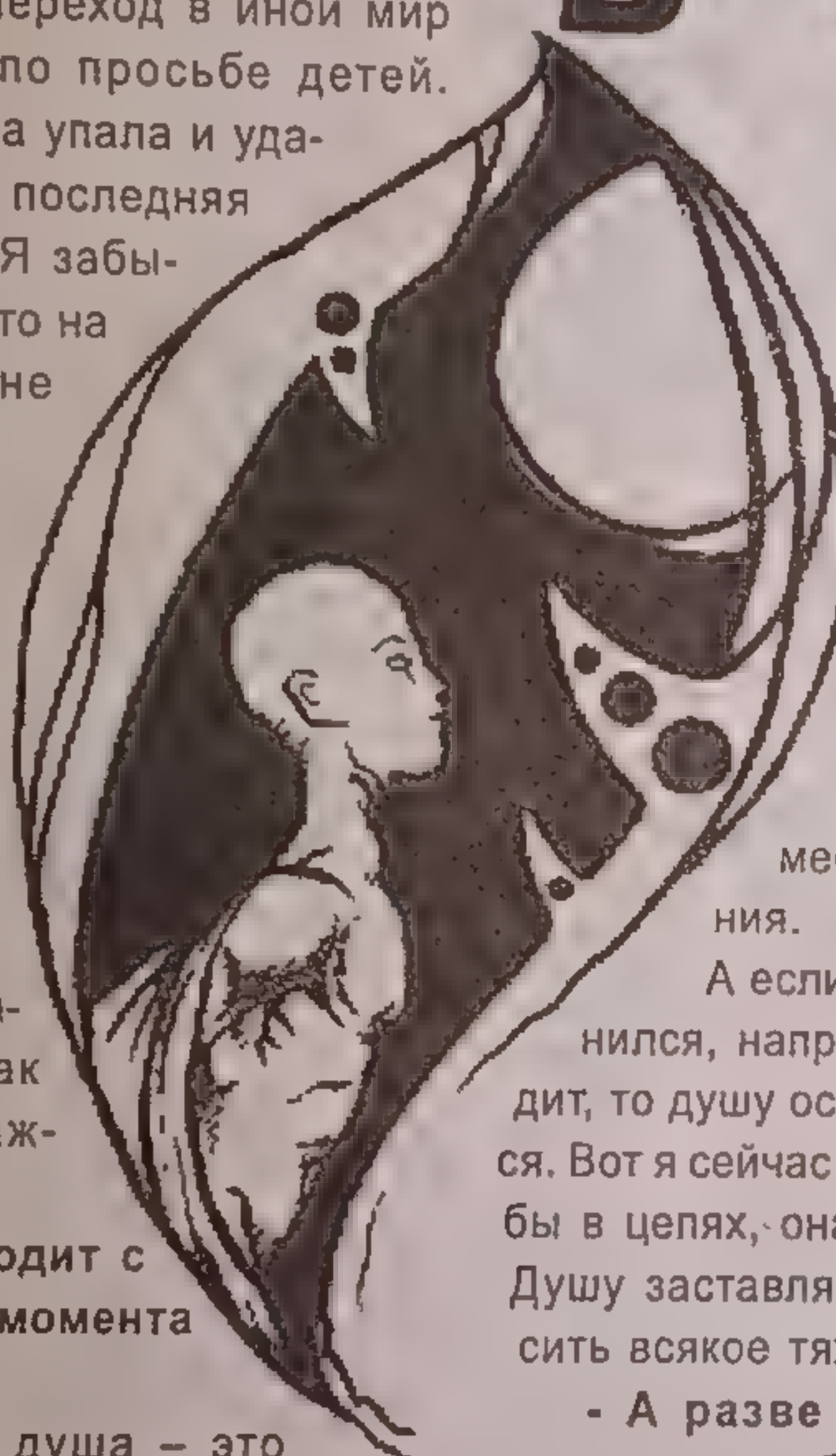
И еще: душе предстоит очищение в «чистилище».

Душе планирует дальнейшую жизнь, от многих наслоений очищая.

Если это душа самоубийцы, то она мечется, пока не достигнет уровня времени, какой-то «естественной смерти».

Если человека убили раньше, то душа находится в определенной месте до вынесения ей приговора.

В чем правда,



- Но она, возможно, в этом не виновата?

- Да, но она не выполнила своего предназначения. Если у человека по судьбе записано, что его убьют, то все равно, она должна быть какой-то срок в определенном месте, до принятия решения.

А если человек очень провинился, например убийца или бандит, то душу оставляют долго мучиться. Вот я сейчас вижу душу Гитлера как бы в цепях, она мечется и мучается. Душу заставляют постоянно переносить всякое тяжкое.

- А разве человеку, который умер, уже не безразличны дальнейшие муки души там...?

- Нет, это физическому телу безразлично, а душе нет, она тревожится: что с ней будет дальше. С нее конечно часть воспоминаний стирают, но часть оставляют.

- Возрождается ли душа вновь в человеческом теле?

- Она возрождается вновь в своем теле, но, кстати, есть моменты когда душа подселается в чужое тело, хотя там душа была, но была в энергетике брешь, хотя и не так часто бывает (т. к. называемая одержимость). Однажды меня попросили подробно посмотреть и рассказать, шаг за шагом этот пере-

ход из жизни, и я так увлекся, что вдруг почувствовал, что я отрываюсь от тела. Окружающие тоже заметили, что со мною происходит что-то странное, тело стало землянистого цвета и как бы покрылось пятнами, они стали брызгать мне в лицо водой, т. е. привели в чувство. Так что не такое это безопасное

занятие, разговор с душами.

- Вот о принцессе Диане могу сказать о чем она думала в момент перехода. - Она думала о том, почему так получилось именно с ней и никто ей не помогает, она долго еще была в полусознание.

Нет тайн в мире. Душе, в принципе, все равно кто с ней рядом в этот момент и что делают, а вот что не безразлично — это ответ на вопрос: - «Почему именно с ней это или то произошло?», особенно в момент внезапных кончин. А таких кончин могло бы и не быть, если бы человек прислушивался к своей интуиции, особенно к первой мелькнувшей мысли, особенно если что-то очень хочется или не хочется делать. Первый космический закон гласит: «Первая мысль самая правильная».

Каждого человека свыше предупреждают о неудачных моментах жизни, только надо учиться это понимать.

- В №1 2002 года мы писали об Аваторе (воплощенном Боге). Сатья Саи Баба, творящем чудеса Иисуса. Что он на самом деле может и в чем правда, а где легенда?

- Сейчас с ним поговорим.

- Возраст он свой не помнит дата официальная (23.11.1926 г.) не его, он дату ... не признает.

- О нем говорят, что он поднимает сознание людей до Богоподобного уровня — так ли это?

- Он хочет этого, но ему не удастся, т. е. Цели своей не добивается, если человеку это не дано свыше, то тут ни-

КЛУБ ФЕНОМЕНОВ

ОТВЕТЫ ЧИТАТЕЛЯМ

чего не сделаешь.

- Информационное поле человека нельзя исправлять. Он уверен, глубоко убежден в своей идее, но ему не удается, он не Бог.

Люди на земле находятся как в своего рода садах Эдема, где им хочется съесть запретный плод знаний, который им не дают. А вот представьте себе, что люди вдруг смогли бы узнать все свои возможности, то тогда бы из униженных и оскорбленных они бы превратились бы в умных, развитых, в

брат!

полубогов. Но этого никогда не будет.

- А почему не дать это людям?

- Таков закон космоса, и почему он таков я не знаю. Трудно даже вообразить, что будет если люди будут обладать такой силой. Но наша планета Земля это своего рода колония для незрелых душ, где у каждого своя задача, данная свыше.

- А вдруг человек найдет способ раскрыть свои возможности, что будет потом?

- Если человек откроет это случайно, то канал этот будет закрыт, а если не случайно, то у него и будет своя миссия.

- В. А., а кто-то обладает еще таким даром, которым обладаете Вы?

- Я однажды позвонил на телевидение в программу «Против ночи» Авторитетный консультант мне ответил: «Не бывает таких возможностей, а если бы были, то человек бы от такого потока информации «сошел с ума». – Вот вам и авторитет.

Из звонка в редакцию

... Как я рада, что В. А. Соломин опять сотрудничает с Вашей редакцией, я хочу выразить ему огромную благодарность и покаяться. Три года назад я была у него на консультации, он сделал мне диагностику, предупредив, чтобы я начала лечить половую сферу организма, особенно обратив внимание на грудь, сказал также, что мне надо делать. В то время ни грудь, ни что-

либо другое меня не беспокоило, я не обратила на его слова особенного внимания. И вот, год назад у меня началось кровотечение, затем появились узлы в груди, а сейчас мне предлагают немедленную операцию по ампутации обеих грудей и прочего. А мне только 30 лет. Врачи категоричны, другого выхода нет, только резать. И тут я вспомнила об Владимире Анатольевиче, да адрес его потеряла, но ... видно Бог хранит – открыла Вашу газету и вот он, мой Спаситель, я позвонила ему и спросила: «Резать или

нет?». – «Нет» – был категоричный ответ. – «А что делать?». – «Я помогу, приезжайте».

Уважаемая редакция, я теперь верю – есть в мире что-то такое, что мы, большинство обыкновенных людей не видим и не знаем, но оно есть, верим или не верим и, если есть такая возможность, должны прислушиваться и извлекать уроки.

Спасибо огромное В. А. Соломину за все, дай Бог ему здоровья и долгих лет жизни.

Анна К. г. Луганск.

От редакции:

Уважаемые читатели! Владимир Анатольевич совершенно не производит впечатление сумасшедшего. Это обычный, нормальный, законопослушный гражданин. Те же кто сомневаются могут сами с ним встретиться на встрече о которой будет уведомлено дополнительно.

Задавайте вопросы В. А. Соломину.

Учитывая, то, что журнальная площадь невелика, а вопросы, интересующие читателей, самые разнообразные, я предлагаю заполнить ниже приведенный талон в адрес редакции, задавать вопросы такие, ответы на которые можно дать только «да», или «нет». Ответы будут публиковаться через газету и только подписчикам «СД» на 6 месяцев на 2002 год.

Если вы хотите еще что-то узнать более подробно, то эти услуги платные. Вы либо приезжаете ко мне в г. Донецк по адресу: ул. Куйбышева, 96, либо делаете денежный перевод на сумму 50 грн. или 250 рублей. И бесплатные и платные письма и переводы направлять по адресу (вместе с копией о подписке) в Украине: 83087, г. Донецк, а/я 2314, Колесник Ксения Станиславовна. В России: 111141, г. Москва, а/я 473, Краснобельмова Нина Борисовна. На письмах указывать код «Ф». Я заключаю также договора с предпринимателями, фирмами на финансовое обслуживание. Я помогу провести успешно любую сделку, либо предупредить неудачу и т.д.

ВОПРОС В. СОЛОМИНУ (не более 20 слов)	
ВАШ №	<input type="text"/>
(4 произвольные цифры)	
ИМЯ	<input type="text"/>
ДЕНЬ, МЕСЯЦ, ГОД РОЖДЕНИЯ	<input type="text"/>
ОТВЕТ	<input type="text"/>
ДА	<input type="checkbox"/> НЕТ <input type="checkbox"/>

Герань - враг опухолей

**ОНА ВИДИТ
ЛЮДЕЙ НАСКВОЗЬ**

**СТАВИТ ПРАВИЛЬНЫЙ ДИАГНОЗ,
КОГДА НАУКА БЕССИЛЬНА**

Рецепты от Ю. Воробьевой

Почаще зажигайте в доме свечи, пусть горят подольше. Обойдите с горящей свечой все комнаты вашего дома, заходя в самые укромные уголки. Пламя свечи сжигает всю отрицательную энергию вашего жилища.

Пусть всегда на столе стоит кувшин с кипяченой водой, в которую выжат лимон. Употребляйте эту воду вместо любого питья — и уже через несколько недель почувствуете эффект.

Чтобы не поддаться гриппу и простудам. Приготовьте на зиму такую витаминную смесь: в литр меда отожмите 10 лимонов и добавьте 10 головок чеснока, пропущенных через мясорубку. Все хорошенько перемешайте, закройте плотно крышкой и настаивайте неделю в темном прохладном месте. Принимайте раз в день по 4 чайные ложки, ешьте очень медленно. Этого количества хватит на два зимних месяца

Величайший очиститель и дезинфектор — солнечная энергия. С помощью солнечных лучей можно очистить воду от вредных примесей, с которыми не справляются хлорирование, окисление, озонирование и прочие традиционные способы очистки — это доказано наукой. Стекланные прозрачные банки с водопроводной водой, закрытые крышками, выставьте на балкон или во двор «загорать». Этот домашний конвейер может действовать до наступления холодов.

Человек-рентген

Много лет назад с ней случилось несчастье — получив сильнейший удар электротоком в 380 вольт, она чудом осталась жива, но провела несколько месяцев в реанимации между жизнью и смертью, перенесла клиническую смерть. И, пройдя все эти круги ада, все-таки выкарабкалась, ощутив в себе при этом однажды, вдруг, необъяснимый и неведомый прежде дар — видеть людей насквозь. В самом прямом смысле этого слова, получше любого рентгена. Кстати, дотошные и въедливые японцы, привыкшие ни во что не верить на слово, а все тщательно проверять, после многочисленных обследований способностей Юлии Воробьевой пришли к выводу: дара, подобного тому, которым обладает она, не знает мировая наука. А саму Юлию Федоровну ученые научной школы «Накаоко» из города Киото назвали «женщиной-рентгеном» — это сравнение обошло потом газеты всего мира.

Среди людей, которых в разные годы диагностировала и с которыми просто встречалась Юлия Воробьева, немало знаменитостей. Вот только некоторые имена: президент Франции Миттеран и его супруга, госпожа Даниель Миттеран (с нею Юлию Федоровну связывает многолетняя дружба); Папа римский Иоанн Павел Второй; Мать Тереза, наградившая Воробьеву своим именным орденом; Патриарх всея Руси Пимен, благословивший на деятельность во благо людей; Андропов и Щербицкий, Черномырдин и Кучма, весь Звездный городок, практически вся московская артистическая тусовка, писатели и государственные деятели, и еще сотни обычных, простых людей, которым

СЕГОДНЯ ГОСТЬ НАШЕЙ РЕДАКЦИИ —
УДИВИТЕЛЬНАЯ ЖЕНЩИНА,
ЧЕЙ УНИКАЛЬНЫЙ ДАР ПОКОРИЛ,
БЕЗ ПРЕУВЕЛИЧЕНИЯ, ВСЕЛ МИР.
ЮЛИЯ ФЕДОРОВНА ВОРОБЬЕВА.

эта удивительная женщина подарила здоровье и жизнь, поставив правильный диагноз — почти всегда в случаях, когда официальная медицина лишь бессильно разводила руками...

Однажды к ней привезли мужчину лет 45 с крайней степенью истощения. «Определили рак», — прошептала сквозь слезы в прихожей, чтобы не слышал больной, измученная жена. — «Может, можно как-то облегчить его страдания?» Юлия Федоровна провела осмотр и... не обнаружила там никакой опухоли! Была застарелая, запущенная язва, которую только усугубили курсы облучения и химиотерапии. Изменили лечение, у больного появился интерес к жизни, которую он совсем еще недавно уже готовился покинуть — и через полгода на пороге донецкой квартиры Воробьевой появился огромный, цветущего вида преуспевающий бизнесмен, которого едва было видно из-за огромного букета: это возродившийся к жизни пациент пришел показать своей спасительнице, еле узнавшую в нем того, полугодичной давности, доходягу...

К ней часто приходили медики — самые неверящие из всех неверящих людей на земле. Задавали каверзные задачки, пытались подловить на обмане. Это не удалось ни разу! Как-то во время одного из бесчисленных обследований в Киеве в ведущем НИИ

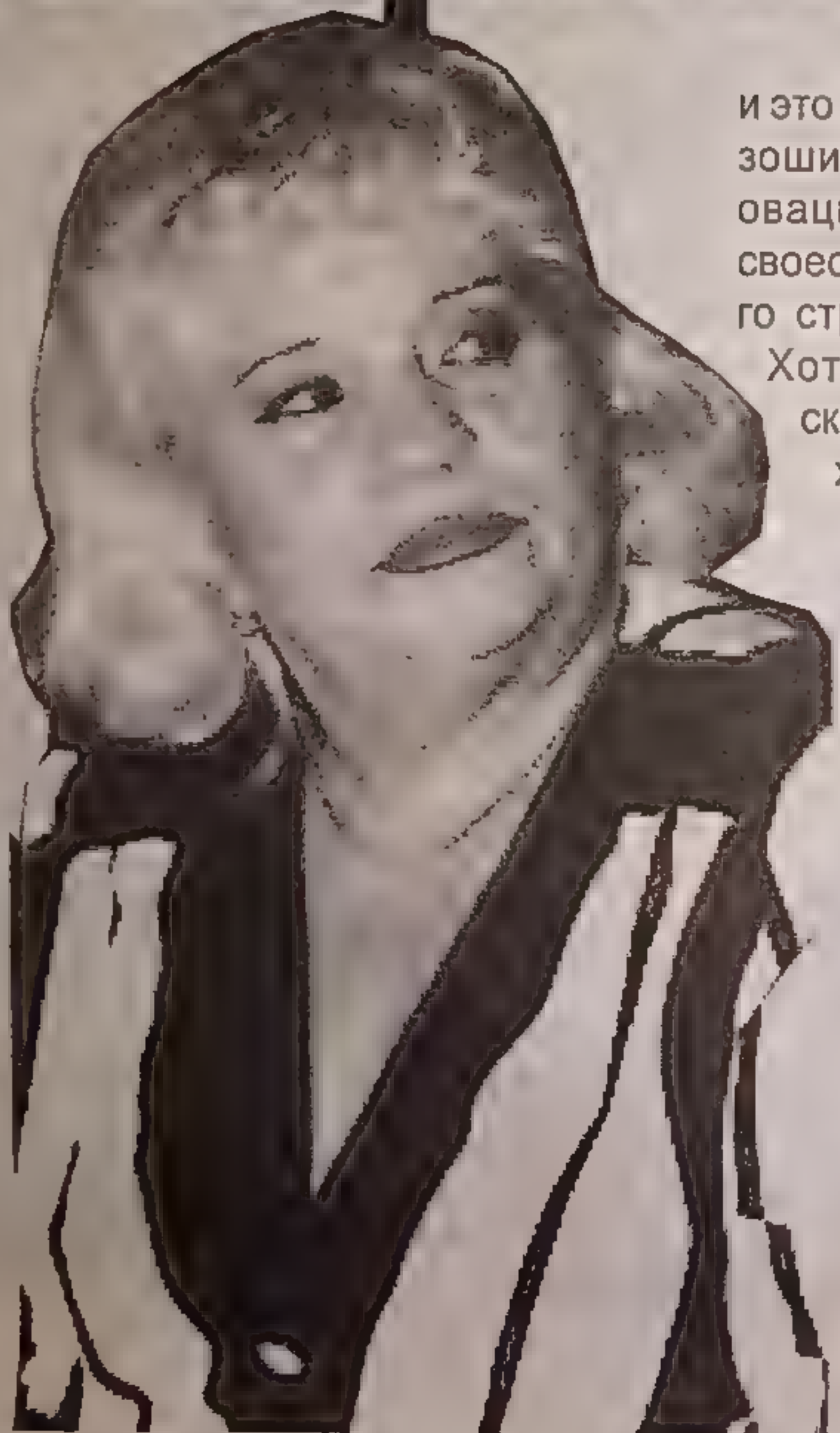
ГОСТЬ РЕДАКЦИИ

под конец экспериментов, которым подвергали Воробьеву, чтобы определить природу ее дара, в лабораторию зашел именитый академик. «Осмотрите меня!» – потребовал он буквально с порога. За этой сценой молча и заинтересованно наблюдала вся профессорская свита. «У вас нет левой почки», – устало проговорила Юлия Федо-

которой не знала ни одна живая душа. Вы и вправду все видите насквозь...»

Однажды в Японии, на конгрессе, где собрались люди с уникальными парапсихологическими способностями со всего мира, Воробьевой предложили продиагностировать человека, сердце которого располагалось справа – она

Юлия Воробьева



и это определила мгновенно и безошибочно, завоевав бешеные овации зала и высшую оценку своеобразного жюри, выносившего строгий вердикт участникам.

Хотя целые залы, огромное скопление людей – не ее стихия, она работает с каждым пациентом индивидуально и скрупулезно, успевая за день осмотреть не более двух-трех человек – слишком тяжело физически это ей дается. Она не претендует на лечение – она с максимальной точностью диагностирует, но при этом пациенты чувствуют облегчение, болезнь отступает от самого вмешательства Юлии Федоровны.

Есть целая система оздоровительных советов, которыми пользуется она сама, ее семья, ее дети и внуки и многочисленные благодарные пациенты. Выполнять их несложно – а эффект просто потрясающий! Сегодня Юлия Федоровна знакомит с некоторыми из них читателей нашей газеты.

Подготовила
Ольга ШЕПИТЬКО.

Для восстановления сил после долгой болезни полезно принимать такую смесь: 100 мл сока алоэ (продается в аптеках в готовом виде), 500 г очищенных грецких орехов, 300 г меда и сок 3–4 лимонов перемешать и поставить в холодильник, лучше под морозилку. Принимать по десертной ложке за полчаса до еды.

Если першит в горле, пожуйте семена укропа – першение сразу прекратится. И побольше ешьте печеных яблок.

Почаще рисуйте свои сны – рисуя свои ощущения во сне, человек начинает понимать, о чем просигналило ему его внутреннее «я». Рисовать желательно левой рукой, т.к. будет работать ваше правое полушарие, отвечающее за интуицию и творчество, и вам будет легче выразить, а затем и понять, скрытую для вас во сне информацию.

С утра, уходя на работу, положите в холодильник несколько чистых и сухих чайных ложек. Придя вечером домой, усадьтесь поудобнее в кресло, расслабьтесь и осторожно приложите ложки выпуклой стороной наружу к глазам. Этот очень простой и быстрый способ дает возможность не только восстановить силы, но и избавиться от синяков и мешков под глазами.

Вот старинный рецепт, который поможет избавиться от простуды за один день. Возьмите 2 бутылки свежего пива и щепотку корицы, добавьте 3–4 палочки гвоздики и немного лимонной корки. Разотрите 3 желтка с 2–5 столовыми ложками сахара до пены. Влейте в эту массу горячее пиво с пряностями, помешивая. Поставьте на огонь, варите до загустения, но не кипятите. Пить по 1–1,5 стакана за один прием.

ровна. Толпа ахнула – на теле у академика не было ни единого шрама. Тот потрясенно одевался. А потом сказал: «Никому и ничему не верил и не удивлялся в этой жизни. Но вы меня покорили. У меня действительно врожденная аномалия – отсутствие почки – о

Съедайте в день 20 граммов изюма!

АРИТМИЯ

□ Налить в кастрюлю 250 мл воды и закипятить. Всыпать 4 г травы горичвета и кипятить на малом огне не более 3 мин. Накрыть крышкой и поставить в теплое место на 20 минут. Процедить. Пить по 1 ст. л. 3 раза в день. Ритм нормализуется после нескольких дней.

□ Залить 15 г сухой травы тысячелистника 1 стаканом воды, ки-

ми березовыми листьями и вставить туда ногу, чтобы шар листьев окутал ее со всех сторон. Если листья через 3-4 часа намокнут (после выделения пота), их заменить свежими. Несколько таких процедур, и отеки спадают, иногда достаточно 1-2 процедуры.

□ Если болит предплечье, смочить шерстяную тряпку в бензине, приложить к больным местам, сверху по-

ХОЧУ ПОДЕЛИТЬСЯ
С ВАМИ НАРОДНЫМИ С ПОСОБАМИ
ЛЕЧЕНИЯ, Я САМА ВЫЛЕЧИЛАСЬ
БЛАГОДАРЯ ИМ.

Полезно делать чесночные ванночки для рук и ног, холодные компрессы.

□ Золу от древесины осины смешать с вазелином 1:4 для мази.

Я в больницу не хочу, я болезни сам лечу

пятить 15 минут, настоять 1 час. Пить по 1 ст. л. 3 раза в день. Отвар можно пить без ограничений. Он еще улучшает работу желудка, убивает бактерии, снимает спазмы. Чаще включать в рацион свежие помидоры, груши, яблоки, гранаты, инжир.

ЗАБОЛЕВАНИЯ СУСТАВОВ

□ Прикладывать к больным местам листья лопуха, мать-и-мачехи, капусты. Хорошо помогает лопуховая лепешка. Сложить один на другой несколько (5-6) лопухов белой стороной книзу, накрыть листком бумаги и прогладить горячим утюгом. Эту лепешку закрепить на ночь компрессом. К утру боль как рукой снимет.

□ При опухолях ног употребляют березовые листья. Надо сшить мешок из х/б ткани. Наполнить его сухи-

Рецепты, живущие века

ложить разогретую медную пластинку. Так делать 3 вечера подряд, и боли уйдут.

ОТЛОЖЕНИЕ СОЛЕЙ

□ Из смеси 1 кг березовой коры, 1 кг осиновой коры, 100 г дубовой коры приготовить крепкий отвар. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день.

□ Свежую лебеду растолочь и смешать с медом – снимает подагрические боли.

ЭКЗЕМЫ

□ От сухой экземы головы и выпадения волос 1 раз в неделю мыть голову теплой водой и натирать пригоршнями кухонной соли 15 минут. Потом голову сполоснуть этой водой. Достаточно 6 процедур, чтобы избавиться от болезни.

□ Чтобы укрепить волосы, голову надо ополаскивать отваром череды. 3 ложки измельченной травы заваривать 15 минут в 1 стакане кипятка.

□ Сухую экзему лечат кашкой из чеснока, натирая ею больные места.

РАДИКУЛИТ

□ Измельченные на терке редьку или хрен накладывать на больное место. Можно добавить в массу сметану.

□ Настой из корней релейника на водке для растирания и компрессов.

□ Настой из чабреца и ромашки, цветов бузины. Делать на ночь горячие компрессы и укутывание.

ОЖОГ

□ К больному месту прикладывать натертый картофель, морковь.

□ Посыпать пораженное место измельченной редькой или ее измельченными семенами.

□ Смазывать пораженные места хозяйственным мылом.

□ Поджарить до желтизны гречневую муку, замесить ее на воде и смазать больное место.

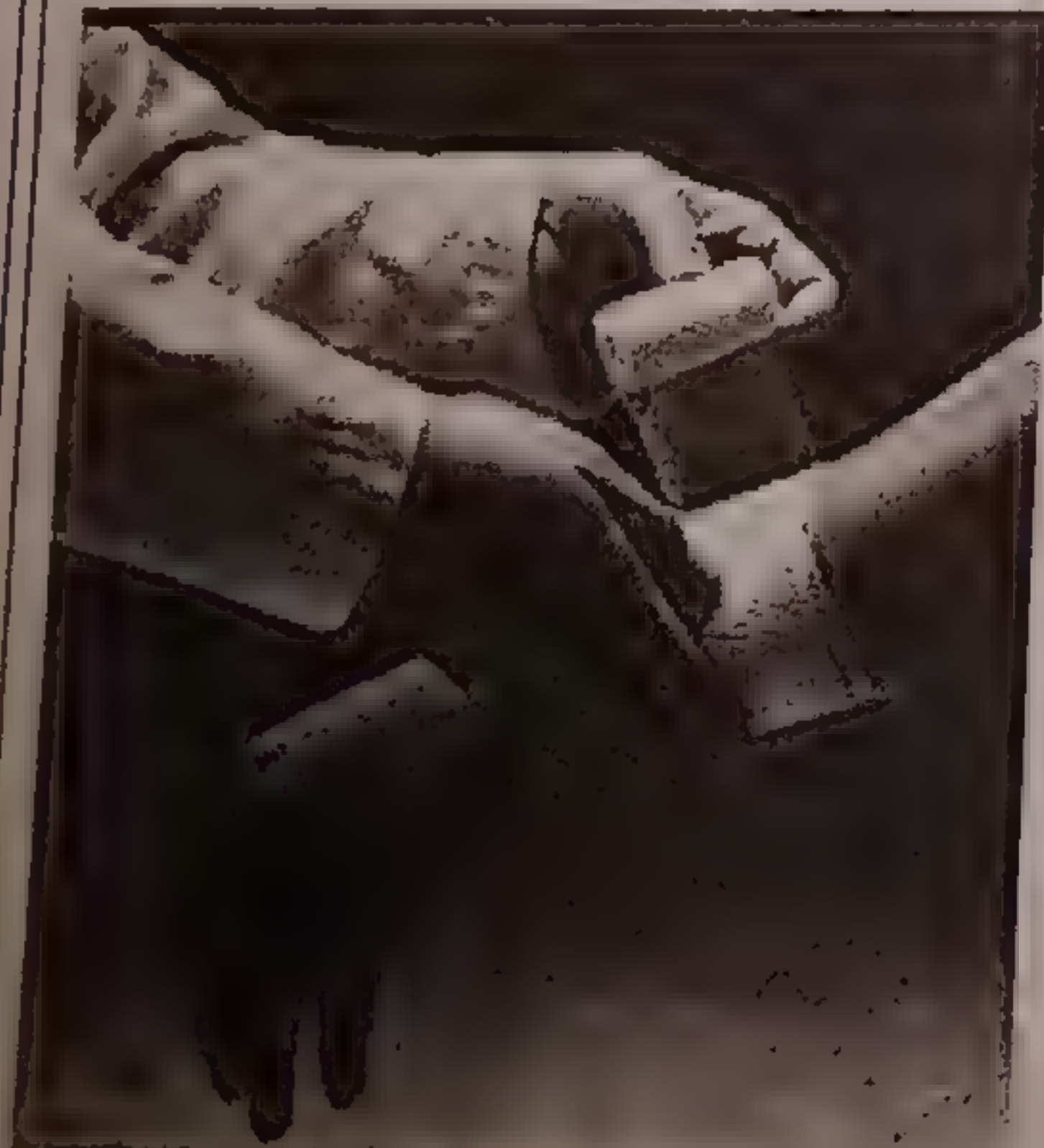
ИЗЖОГА

□ Порошок из корневища аира: по 0,2-0,6 г 3 раза в день для снятия изжоги любого происхождения. Порошок запивать водой.

□ Золу из коры березы при упорной изжоге по 1/2 ч. л. на прием.

Галина Семеновна СКЛЯР
с. Лука Похвицкого р-на,
Полтавской обл.

Тел. (05356) 9-51-47.



УХОД ЗА ТЕЛОМ

Ухаживать за телом, холодить и лечить его

**ПРЕДСТАВЛЯЕМ ПЯТЬ АЮРВЕДСКИХ МЕРОПРИЯТИЙ ПО УХОДУ
ЗА ТЕЛОМ И ГИГИЕНЕ, КОТОРЫЕ ВЫ СМОЖЕТЕ
ВЫПОЛНИТЬ И САМИ У СЕБЯ ДОМА.**

Уход за лицом и волосами

Если вы хотите что-либо сделать для своей внешности, то применяйте только высококачественные натуральные препараты, которые оптимально поддержат функции кожи и волос. Для этого важно знать характер своей кожи (сухая ли она, жирная или нормальная) и свойства своих волос. Если вы не уверены, то спросите у косметолога или у своего парикмахера о типе вашей кожи и о свойствах волос.

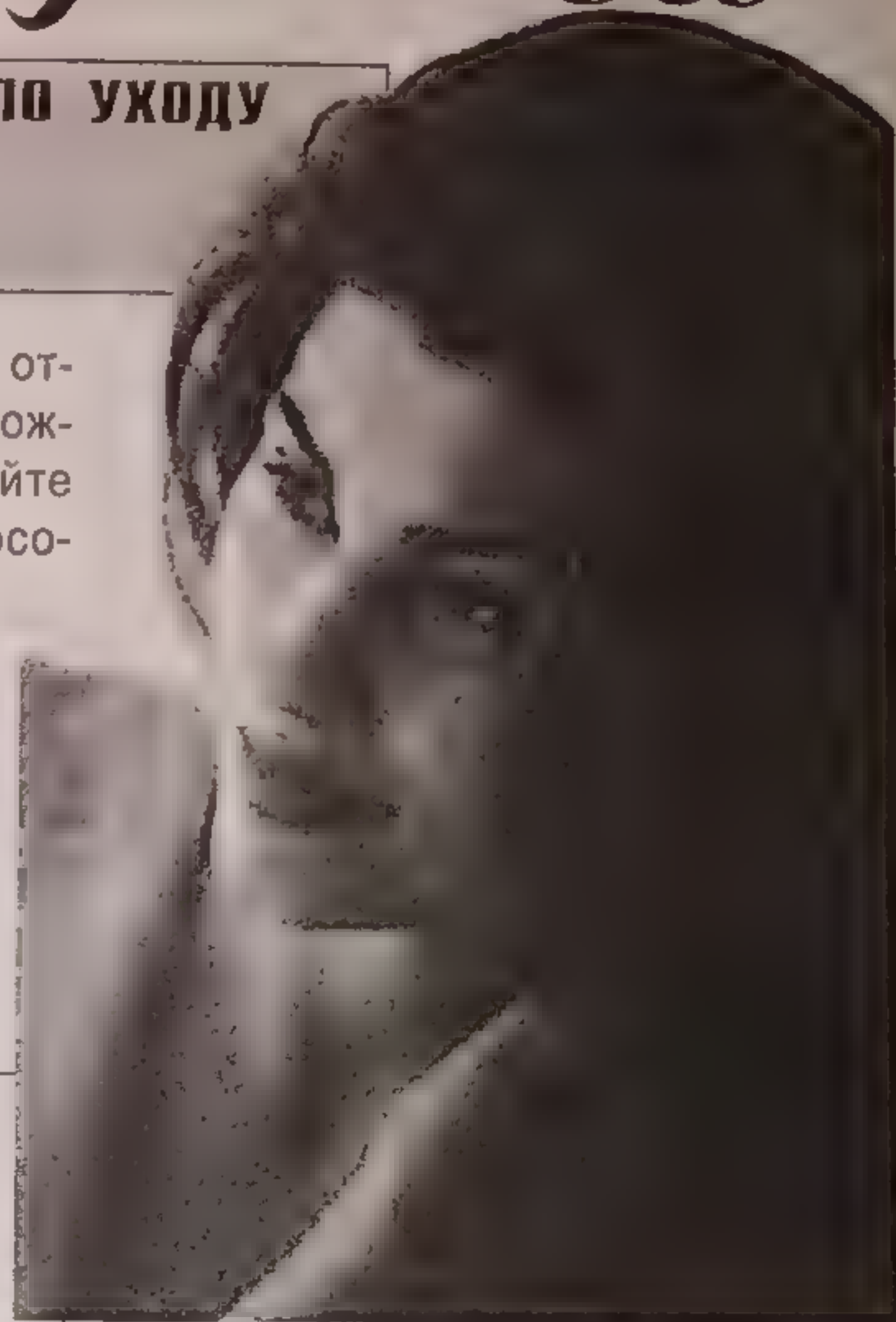
На рынке косметики имеется бесчисленное множество продуктов, которые должны дополнять отсутствующие вещества в коже и волосах. Так, например, в кожу вводятся витамины при посредстве липозом (крохотных шариков белка, которые используются как транспортное средство и внедряются в кожу). Впрочем, при таких средствах ухода кожа попадает в зависимость от них.

Уход за телом

Аюрведа рекомендует масляный массаж как наружное мероприятие для устранения шлаков и ядовитых веществ из организма. Это стимулирует и кровообращение, и поток лимфы, что способствует быстрому удалению шлаков. Втирание растительных масел при массаже вводит в организм через кожу ценные питательные вещества. Кроме того, массаж оживляет и придает равновесие — это благоприятно для тела, ума и души. Как средство смазки при скольжении и для втирания нужно применять высококачественное

растительное масло холодного отжима. Если же вы страдаете кожным заболеванием, то применяйте альтернативно оливковое, кокосовое или сладкое миндальное масло. Все эти масла можно приобрести в аптеках, в магазинах рационального питания и в лавках по продаже натуральных пищевых продуктов, или же получить через отделы рассылки по почте.

Самомассаж для ухода за телом является частью обычных ежедневных процедур и должен продолжаться около 10 минут утром перед принятием ванны или душа. Он включается в ежедневную программу для всех типов конституции.



**КРАСИВЫЕ
БЛЕСТЯЩИЕ ВОЛОСЫ
- ЭТО ЗЕРКАЛО ЗДОРОВЬЯ.**

Предварительная обработка растительного масла

Когда вы покупаете растительное масло, его сначала следует подвергнуть предварительной обработке

- Медленно нагрейте масло в кастрюле примерно до 110 градусов. Для контроля температуры можно применить термометр или же капнуть 1—2 капли воды в горячее масло.
- Если нужная температура достигнута, то капли лопнут с громким треском. Теперь масло «созрело». Это значит, что оно лучше подходит для массажа и может быть дольше сохранено. Поэтому предоставьте для каждой процедуры «дозревания» немного больше масла (100 — 200 мл) и храните его в стеклянной бутылке.
- Перед массажем налейте соответствующее количество масла в маленькую чашку. В водяной ванне подогрейте его до температуры тела, потому что теплое масло не только приятнее, но и легче проникает в кожу.
- Если вы предпочитаете ароматические средства для втирания, то можно к основному маслу подмешать благовонные эфирные масла.

(Продолжение следует)

Карин Шутт

Майоран, базилик избавит от комплексов и страха

Девясил высокий — против 99 болезней

Препараты этого растения положительно влияют на больных туберкулезом легких. Девясил применяют при бронхитах, астме и коклюше, при заболеваниях желудка и кишечника, при сахарном диабете, камнях почек, ревматизме, радикулите и др.

1. Отвар: 3-4 чайные ложки корня кипятят в 3 стак. воды 1 час; принимают по столовой ложке 3-4 раза в день или по стол. ложке через 3 часа.

2. Порошок из корневищ употребляют по чайной ложке 5 раз в день с медом.

3. 10%-ная настойка корня на 40-градусном спирте по столовой ложке до еды.

4. Вино: берут 12 г. свежего измельченного корня и кипятят 10 минут в 0,5 л. кагора или красного портвейна; принимают по 50 г. 2 раза в день до еды.

Средства от насморка

А. Положить пшеничный или ржаной сухарь или сухой кусок хлеба на горячую плиту и, когда сухарь начнет гореть, вдыхать дым от горящего сухаря через ноздри в течение 2—3 минут. В течение дня процедуру можно повторять несколько раз и, как утверждают многие, насморк пройдет очень скоро.

Б. Зажечь несколько мелких тряпок (но не шерстяных) и вдыхать дым от горящих тряпок через нос. Многие утверждают, что и этот способ действен.

Недержание мочи

Самым надежным средством от недержания мочи испокон веков считали смесь двух трав — зверобоя и золототысячника. Их надо брать в одинаковом количестве, заваривать и пить как чай.

Зюзник европейский знают и в Китае

Это растение (народное название — шандра водяная) растет по берегам рек, прудов, канавам и сырым лугам.

Отвар травы с корнем китайцы применяют в качестве мочегонного средства при отеках, а также при нарушениях менструального цикла и фурункулезе.

Зюзник — превосходное средство для борьбы с припадками тяжелого сердцебиения, при базедовой болезни и нарушениях ритма сердца (экстрасистомии). Применяется 10-20%-й настой травы по 1/2 - 1/3 стакана на прием.

Средство от камней в печени и почках

Пропустить через мясорубку один стакан конопляного семени. Смешать с тремя стаканами сырого, непастеризованного молока, упарить до одного стакана, горячим процедить и пить натошак по одному стакану в день в течение пяти дней. Через десять дней повторить. Не есть ничего острого. Возможны припадки от боли в печени, но надо выдержать. Через год повторить курс лечения, и полное излечение вне сомнения.

Лечение простуды

Немедленно после начала насморка сделать горчичники, приложив их к пяткам и забинтовав фланелью. Затем следует надеть теплые шерстяные носки и держать горчичники так долго, сколько возможно (обыкновенно от часа до 2-х). Затем снять горчичники и быстро ходить некоторое время. Лучше применять описанное средство вечером перед сном. Насморк прекратится на рассвете.

Как избежать старческого зрения

НОСИТЕ ЛИ ВЫ ОЧКИ ДЛЯ ЧТЕНИЯ ИЛИ БИФОКАЛЬНЫЕ ОЧКИ? ЕСЛИ ВЫ ДЕЙСТВИТЕЛЬНО ХОТИТЕ ИЗБАВИТЬСЯ ОТ НИХ, ТО ВЫ СМОЖЕТЕ ЭТО СДЕЛАТЬ, ПОСКОЛЬКУ, КАК ЛИШЕТ ДОКТОР ЖОЗЕФИНА ДЖЕКСОН В СВОЕЙ КНИГЕ «ПЕРЕХИТРИМ НАШИ НЕРВЫ», «ЧЕЛОВЕЧЕСКОЕ ТЕЛО ПРИСПОСАБЛИВАЕТСЯ К ТРЕБОВАНИЯМ, ПРЕДЪЯВЛЯЕМЫМ К НЕМУ».

В наши дни зрение в среднем возрасте, как правило, ухудшается. Так называемое «старческое зрение» с бифокальными очками воспринимается нами как естественное. В последующем можно ожидать старческую катаракту, глаукому и некоторые другие виды заболеваний хуже. Могут быть такие неприятности, как преждевременное ослабление зрения, появление болей и возникновение необходимости в хирургической операции. Тем не менее, есть много людей, доживших до 90—100 лет и имеющих хорошее зрение. Бабушка Рейнольде, киноактриса, в свои 94 года имела одинаково острые ум и зрение. Она по-прежнему продолжает свои занятия без использования каких-либо очков.

Вовсе не цивилизация, а неправильное использование сегодня нами глаз, является причиной их порчи. Нередко утверждается, что глаза не предназначались для работы на близком расстоянии, чего требуют современные условия жизни. Но наши предки тоже много работали на близком расстоянии. Городские жительницы всегда гордились своей мелкой вышивкой. Крестьянки после тяжелой работы на ферме вечерами делали декоративные швы и украшали мережкой одежду, а их мужья длинными зимними ночами читали книги при свете масляной лампы. Более того, если вы посмотрите внимательно на какую-нибудь ста-

рую книгу или альманах, то заметите, что бумага нередко была грубой и шероховатой, а шрифт мелким и не очень четким. Тем не менее, в те времена процент серьезных проблем со зрением не был столь высоким, какой мы имеем сегодня.

Что же тогда портит наше зрение?

Причиной этого является ненужная гонка, предпринимаемая нами, за видением, убеждение, внушенное нам с детства, что чем больше мы будем стараться, тем большего успеха мы добьемся. Видение на одном расстоянии не должно быть сколь-либо труднее, чем видение на другом. Все что нам необходимо — это сохранять глаза в мягком, расслабленном и подвижном состоянии. Вам, не могущим читать без очков, надо расслабить тело, нервы и глаза, затем научиться расслаблять четыре прямые мышцы глаза и, наконец, повысить силу и выносливость двух косых мышц глаза в такой степени, чтобы они могли удерживать глазное яблоко удлиненным в своей оси в момент, когда вы читаете.

Но как это сделать?

1. Прежде всего, подготовьте глаза к новому их испытанию. Сде-

лайте соляризацию, пальминг и повороты— большие и пальцевые.

2. Сядьте при хорошем освещении, лучше всего на солнце, лучи которого должны падать через ваше плечо.

3. Закройте один глаз ладонью или повязкой, но так, чтобы глаз под ней был открыт. Ладонь другой руки держите перед лицом на уровне переносицы на расстоянии около 1 фута от лица. Теперь мягко и легко обмахивайте (то приближайте, то удаляйте) плоскостью раскрытой ладони этой руки неприкрытый повязкой глаз, стараясь это делать так, чтобы ладонь обмахивающей руки находилась напротив прикрытого повязкой глаза [6]. Приближайте и отдаляйте свою ладонь, давая одновременно возможность своему зрению отдохнуть на ней. Делайте

упражнение мягко, ритмично 20—30 раз. Теперь переставьте повязку и повторите то же самое с другим глазом. Когда глаз расслабляется и привыкает к смотрению и в ближней и в дальней точках без какого-либо усилия, поскольку он не видит ничего интересного для

рассматривания или интерпретации, четыре натянутые прямые мышцы глаза согласятся расслабиться, и глаз сможет удлиняться по мере приближения ладони. Теперь вы готовы к следующей работе.

М. Д. Корбетт

(Продолжение следует)



Корь бежит от сосны и можжевельника



**ЗАТРАТЫ
НА ЛЕЧЕНИЕ
С ВОЗРАСТОМ
ВОЗРАСТАЮТ**



**ПРИЕМ СНОТВОРНЫХ
ВЕДЕТ К БОЛЕЕ
БЫСТРОМУ СТАРЕНИЮ**

МУЖСКОЙ

(Продолжение,
Начало в № 1)

Даже такая передовая с точки зрения организации медицинской помощи населению и медицинской науки страна как Япония, только в 1998 году открыла институт, занявшийся изучением проблем климакса у мужчин. Вроде, как и не было до этого такой проблемы! В других странах потихоньку тоже зашевелились. Стали появляться серьезные научные исследования в Америке, Германии, России и даже на Украине. В начале того же 1998 года была создана организация «Здоровое старение мужчины», президентом которой избран крупный ученый из Израиля Бруно Люненфельд.

Наконец-то мужчинами и их климаксом занялись по-настоящему! В числе прочих задач на первом международном съезде медиков, были поставлены задачи получить четкие эпидемиологические данные о заболеваемости и экономических затратах, связанных с лечением пожилых мужчин. Экономические затраты пока еще никто не посчитал, хотя известно, что они совсем не маленькие, зато уже систематизированы общие симптомы, характеризующие процесс старения мужской части населения.

Симптомы эти следующие:

- ухудшение общего самочувствия;

- снижение работоспособности;
- снижение общей мышечной массы и силы;
- снижение мужественности, оволосения, либидо и сексуальной активности (вплоть до импотенции);
- центральное ожирение;
- остеопения и атеросклероз;
- снижение когнитивных функций;
- развитие забывчивости и диссомнии;
- появление нервозности, бессонницы, ночной потливости и приливов жара.

Многие из перечисленных симптомов достаточно хорошо известны, однако их чаще все-таки относят не к старению, а к проявлениям других заболеваний. Старение вроде как и не причем. Но в первую очередь они точно и однозначно свидетельствуют о недостаточности в организме половых гормонов (гипогонадизме), снижении уровня гормона роста и гипотиреозе.

С возрастом у мужчины снижается экзо- и эндогенная функция яичек, отмечается уменьшение сперматогенеза, хотя плотность спермы как таковая не изменяется. В ней происходит понижение процента подвижных сперматозоидов и чаще встречаются сперматозоиды с измененной морфологией. Одна-

ко в целом - особой тенденции в снижении свойств спермы к оплодотворению не происходит. Мужчины в пожилом возрасте в подавляющем числе случаев не могут иметь детей по причине малого либидо и из-за импотенции, являющейся следствием других заболеваний.

Как установили эндокринологи, главную роль в процессе старения играют гормоны и их концентрация в крови. Уменьшение концентрации мужского полового гормона тестостерона начинается у мужчин в возрасте 55-60 лет. Темпы его уменьшения не очень велики - приблизительно 0,8% в год и у 75-летних мужчин концентрация тестостерона составляет около 60% по сравнению с 30-летними. Это усредненные данные. Для каждого отдельного человека они могут быть и несколько иными. В 60% случаев это определяется наследственностью, а остальные 40% приходятся на индекс массы тела, инсулинорезистентность, качество питания, физиологические и психологические стрессы и прочее. В числе прочих - острые и хронические заболевания, прием гипотензивных средств, снотворных препаратов.

Интересная и неоднозначная деталь. В 1984 году в солидном медицинском журнале была опубликована научная работа утверждающая, что у курящих мужчин уровень тестостерона в крови выше, чем у некурящих. Если это так, тогда получается - и у та-

Климакс



бака есть кое-что полезное. Скорее всего тут дело не в самом курении, а в веществах, содержащихся в табаке. Этот пример наглядно демонстрирует принцип двойственности - в природе нет ничего абсолютно полезного и ничего абсолютно вредного.

Как показали исследования, с возрастом снижается и синтез андрогенов в коре надпочечников. Особенно - дегидроэпиандростерона-сульфата. Для более удобоваримого обозначения этого гормона применяется аббревиатура ДЭА-С. Оказалось, что его возрастное снижение гораздо важнее, чем уменьшение концентрации тестостерона. В возрасте 80 лет содержание ДЭА-С у лиц обоих полов составляет лишь 20% от уровня характерного для 25 лет. Есть даже предложение считать его уровень маркером физиологического старения.

Мы уже упоминали о гормоне роста.

Клинически у взрослых снижение его уровня проявляется снижением массы костной ткани и ее минеральной плотности. Причем, заметьте - частота остеопорозов, переломов и инвалидизации у пожилых мужчин ниже, чем у пожилых женщин. Важным провоцирующим фактором для возникновения снижения секреции гормона роста является снижение физической активности. Однако в пожилом возрасте это проявляется

не так сильно, как у молодых. Низкая физическая активность молодых людей как бы накапливает потенциал для такого снижения.

Методики лечения

Итак, становится понятным, что мужской климакс действительно существует и его можно и нужно лечить. По аналогии с женским климаксом, первым методом лечения является назначение гормональной заместительной терапии. Однако, вопрос о целесообразности назначения и проведения мужчинам заместительной гормональной терапии пока остается открытым. Здесь еще много «белых пятен» и прочих неясностей. Хотя, к примеру, проведенные клинические исследования препарата «Андринол» уже показали, что он повышает минеральную плотность костных тканей, либидо, улучшает психическое и физическое состояние мужчин пожилого возраста.



Но это всего лишь общемедицинские рекомендации. Четкие терапевтические подходы к назначению заместительной гормональной терапии в лечении мужского климакса и критерии оценки ее эффективности еще, к сожалению, не разработаны.

Профессор Алекс Митчел

Народные рецепты

— Возьмите измельченные корни солодки голой или гладкой (1 столовую ложку на 500 мл воды) и варите на медленном огне в течение 10 минут. После остывания процедите и принимайте по рюмке перед каждой едой.

— Одну столовую ложку измельченной сухой травы Иван-чая (кипрея) залейте стаканом воды, настаивайте 1 час, процедите. Принимайте по 1—2 столовые ложки 3 раза в день перед едой при аденоме простаты.

— Возьмите 25 граммов измельченной коричневой кожуры семян конского каштана, на 250 мл 70%-го спирта, настаивайте 10 дней. Принимайте по 10 капель в полрюмке воды 2 раза в день за 30—40 минут до еды в течение 20 дней. Рекомендуется провести 3—4 цикла лечения.

— 1 столовую ложку измельченных корней эхинацеи пурпурной залить 300 мл воды, прокипятить на водяной бане 30 минут, процедить. Принимать по 1—2 столовые ложки 3—4 раза в день до еды при простатите, гипертрофии простаты. Курс лечения 2 недели.

Скорлупу лени и равнодушия пробьет можжевельник



**75% ЖЕНЩИН
БОЛЕЮТ
МОЛОЧНИЦЕЙ**



**МОЛОЧНИЦА
НЕ ПЕРЕДАЕТСЯ
ПОЛОВЫМ ПУТЕМ**

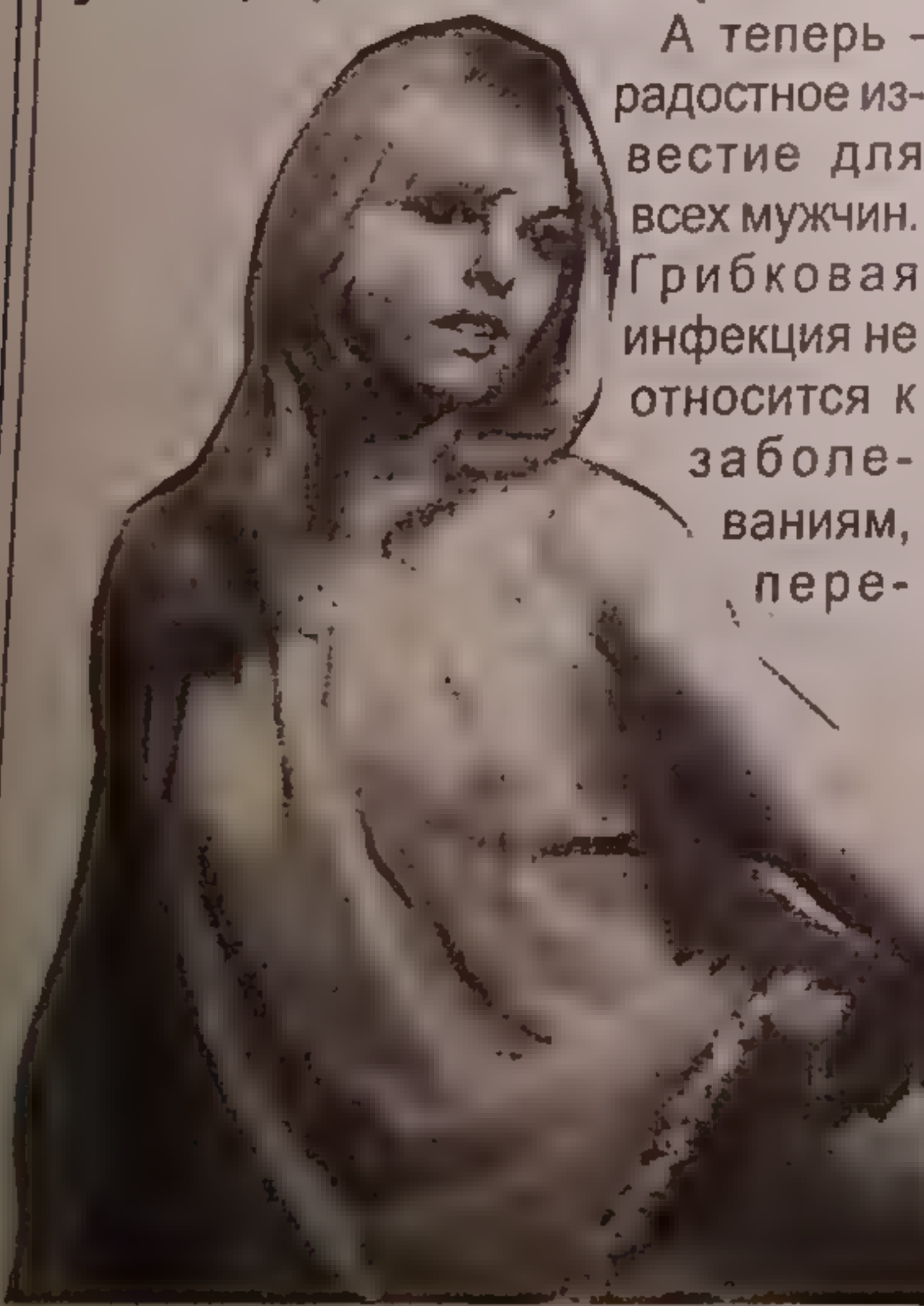


**А ПОЧЕМУ
МУЖЧИНЫ
НЕ БОЛЕЮТ
МОЛОЧНИЦЕЙ?**

Здравствуйте,

«Молочница» - это не та толстая тетка с голосом, как у ранней Аллы Пугачевой, которая каждое утро будит в радиусе трех километров всех мирно спящих граждан своим почти истошным криком: «Молоко! Граждане, покупайте молоко!». Многие из разбуженных в неурочный час граждан мужского пола встанут и, едва протерев глаза, схватив бидончики, бутылки или пластиковые бутылки из-под «Кока-Колы», уныло побредут навстречу этой ревущей сирене, чтобы додремать в полглаза еще не забытый последний сон в очереди за коровьим даром. Побредут, не зная, что 75-ти процентам повстречающихся им сегодня женщин наверняка известно другое значение слова «молочница». И еще как известно!

Крепитесь, мужики. «Молочница» - это вообще не женщина. Но и не мужчина! Это одно из самых распространенных инфекционных заболеваний мочеполовой системы у женщин, вызываемое грибами.



А теперь - радостное известие для всех мужчин. Грибковая инфекция не относится к заболеваниям, пере-

даваемым половым путем, однако в принципе такая передача инфекции вполне возможна. Но только мужчины практически ей не подвержены.

Признаки

Хотя и для милых дам она не является наказанием Божьим, тем не менее, от нее страдает невероятно большое их число. Каждый год от четырех до семи миллионов женщин испытывают во влагалище зуд, жжение, у них появляются белые творожистообразные выделения, что сигнализирует о грибковой инфекции - «молочнице». В том, что грибковая инфекция так распространена, нет ничего удивительного. Основным виновником возникновения этих неприятных симптомов - зуда и жжения, является *Candida albicans*, грибок, который в каком-то количестве присутствует у каждого. Этот грибок всегда наличествует в окружающей нас среде, его часто находят в желудочно-кишечном тракте, и по крайней мере у 20 процентов женщин его обнаруживают во влагалище. Для беременных женщин эта цифра возрастает до 40 процентов.

Сейчас модно ссылаться на американцев и передовую американскую медицинскую науку. Европейские доктора ничуть не хуже, но не будем становиться исключениями. «Эти грибки наряду с другими микроорганизмами всегда присутствуют в вашем теле», - говорит Дороти Барбо, доктор медицины, профессор кафедры акушерства и гинекологии медицинского факультета университета штата Нью-Мексико и руководитель Центра здоровья

женщины. - «Но, когда в силу каких-нибудь причин происходят изменения в кислой среде влагалища, это может привести к бурному росту присутствующих там грибков и тогда появляются указанные симптомы».

Причины

Изменения во влагалищной среде могут происходить по разным причинам. Часто они вызываются антибиотиками, принимаемыми по поводу другой инфекции; антибиотики уничтожают бактерии и другие микроорганизмы, которые обеспечивают кислую среду во влагалище. Равновесие нарушается. «В результате развивается грибковая инфекция. Одной из наиболее распространенных причин активизации роста грибка, несомненно, является бесконтрольный прием антибиотиков», - говорит Терри Кридман, доктор медицины, главный врач отделения акушерства и гинекологии больницы Честнат-Хилл в Филадельфии. «Но это не единственная причина. Некоторые женщины особенно восприимчивы к инфекции в конце каждой менструации», - говорит и доктор Барбо. - «Низкий уровень эстрогена в период менопаузы также способствует возникновению влагалищных инфекций. Кроме того, инфекция очень распространена среди беременных. Более того, риск развития грибковой инфекции повышается при стрессе, использовании оральных контрацептивов или кортикостероидов, выше обычного он у диабетиков».

«Даже диета может быть фактором риска», - утверждает Барбара Рид, доктор медицины. Доктор Рид и ее коллеги на основании наблюдения 373 женщин обнаружили, что те из них, кто был привержен высокока-

Я ваша... «МОЛОЧНИЦА»

лорийной диете, чаще страдали от влажной грибковой инфекции, чем потребляющие меньше калорий.

Интересные люди эти американцы! И что бы делал весь остальной мир, не открой Колумб Америку? Наверное, так и остался бы темным и не просвещенным! Конечно же, ничего сенсационного во мнении американских ученых нет. Все это давно и хорошо известные вещи, но мода есть мода! Хорошо еще, что методики лечения и предотвращения повторного возникновения повторного развития грибковой инфекции одинаковы и в Старом и в Новом Свете, а то представьте на минуточку, что все заболевшие молочницей женщины рванули бы лечиться в Филадельфию!

Как же уменьшить опасность возникновения и повторного развития инфекции?

Мало того, что грибковая инфекция неприятна сама по себе, мы уже об этом говорили, - она имеет прикормную привычку повторять визиты. Специалисты утверждают, что для предотвращения повторного развития инфекции прежде всего необходимо установить причину, вызывающую усиленный рост грибов. Тем не менее вам могут помочь приводимые здесь рекомендации.

• Всегда носите трусики из хлопка или по крайней мере со вставкой из хлопка, которые дают коже дышать, потому что пропускают воздух.

• По той же причине избегайте носить колготки и другие прилегающие предметы одежды в летнее время.

• Не ходите долго в мокром купальнике. Теплая влажная среда благоприятствует развитию грибов.

• Не ешьте слишком много сладкого, это может изменить pH влагалища и создать условия для активизации грибка.

• Чтобы восстановить кислую среду влагалища, попытайтесь воспользоваться спринцеванием водой с добавкой уксуса. Изменение pH при первых признаках грибковой инфекции может оказаться достаточным для ее устранения.

• Можно попытаться воспользоваться специальным составом для спринцевания, содержащим йод, который убивает многие грибки.

• Всегда имейте под рукой противогрибковое средство на тот случай, если вам надо будет принять антибиотик в связи с другим заболеванием.

• Воздерживайтесь от половых сношений во время лечения грибковой инфекции.

• Каждый день съедайте стакан йогурта, содержащего культуру *Lactobacillus acidophilus*. Но не все виды йогурта содержат этот полезный микроорганизм.

• После принятия ванны, душа или купания тщательно вытирайте кожу вокруг половых органов.

• Пользуйтесь только личным полотенцем. Влажные полотенца могут сохранять инфекцию.

• Вытирайтесь движениями спереди назад, чтобы избежать заноса бактерий из области ануса во влагалище.

• Избегайте пользоваться маслом для ванны, женскими гигиеническими спреями и пудрами, которые могут раздражать кожу.

• Не давайте развиваться стрессам, это всегда важно, но особенно если вы заметили у себя связь между стрессом и развитием инфекций.

Рекомендации - рекомендации, а самой главной из них будет следующая. Если у вас приключилась «молочница», лучше обратитесь к врачу. Ведь грибок - не единственная женская болячка, могущая сопровождаться вышеперечисленными симптомами. К тому же сейчас появилось такое множество различных антигрибковых препаратов, что разобраться в их многообразии вам может помочь только врач. Он сможет выявить и истинную причину возникновения «молочницы», и помочь избежать повторного ее возникновения.

Есть и еще одна рекомендация - мужчинам. Если у вашей подруги началась «молочница», то это не значит, что она «погуляла» где-то на стороне, потому не смотрите на нее зверем. Кроме того, всегда полезно провести одновременный курс лечения как женщине, так и её мужчине, тогда вероятность повторного возникновения инфекции значительно уменьшится.

Профессор Алекс Митчел

Капля уксуса - смерть бородавкам

Мысли дилетанта о природе человека, достижениях теоретической физике и эволюции духа

(Продолжение. Начало в № 1)

ВСЕ МЫ РЕАГИРУЕМ НА АЛКОГОЛЬ ПО-РАЗНОМУ

Какие конкретные механизмы могут обуславливать индивидуальные различия реакции на алкоголь? Одним из важнейших факторов является скорость разрушения алкоголя в организме, которая контролируется главным образом ферментом алкогольдегидрогеназой (АДГ). Обследования людей и эксперименты на животных показали: количество и активность АДГ имеет большие индивидуальные различия. Типы АДГ также очень варьируют. Это обуславливает разную скорость разрушения и выведения алкоголя из организма, а также образование разного количества ацетальдегида - продукта метаболизма алкоголя, которому многие исследователи отводят важную роль в формировании заболевания.

В настоящее время большое значение в разрушении алкоголя придается каталазам /мышечный фермент/ и другим микросомальным системам, активность которых также колеблется у разных людей. К. Вильямс /1960/ предположил, что изначальная склонность к алкоголю может определяться наследственной недостаточностью тиаминового обмена и обмена аминокислот.

Советская наука не признавала генетическую детерминированность алкоголизма и отвергала психоаналитические теории возникновения его.

Считалось, что только при сочетании индивидуальных характеристик обмена алкоголя и реакций на него с соответствующими социальными и психологическими факторами возможно развитие алкоголизма. Не менее сложен патогенез алкоголизма причины патологических нарушений в организме человека в результате отравлений алкоголем, ведущие к формированию наркотической зависимости.

- По современным представлени-

ям, патогенетической основой алкоголизма служат те воздействия этанола, которые обуславливают формирование основных симптомов алкоголизма - влечения к алкоголю, алкогольного абстинентного синдрома и измененной толерантности к алкоголю. Все другие нарушения, вызванные алкоголем, относят к следствиям его токсического воздействия.

Страсти

На мой взгляд, исследователи очень часто путали причины распространения употребления алкоголя и наркотиков с причинами возникновения алкоголизма и наркомании. А это совершенно разные вещи, и люди - разные.

КАК ФОРМИРУЕТСЯ АЛКОГОЛЬНАЯ ЗАВИСИМОСТЬ

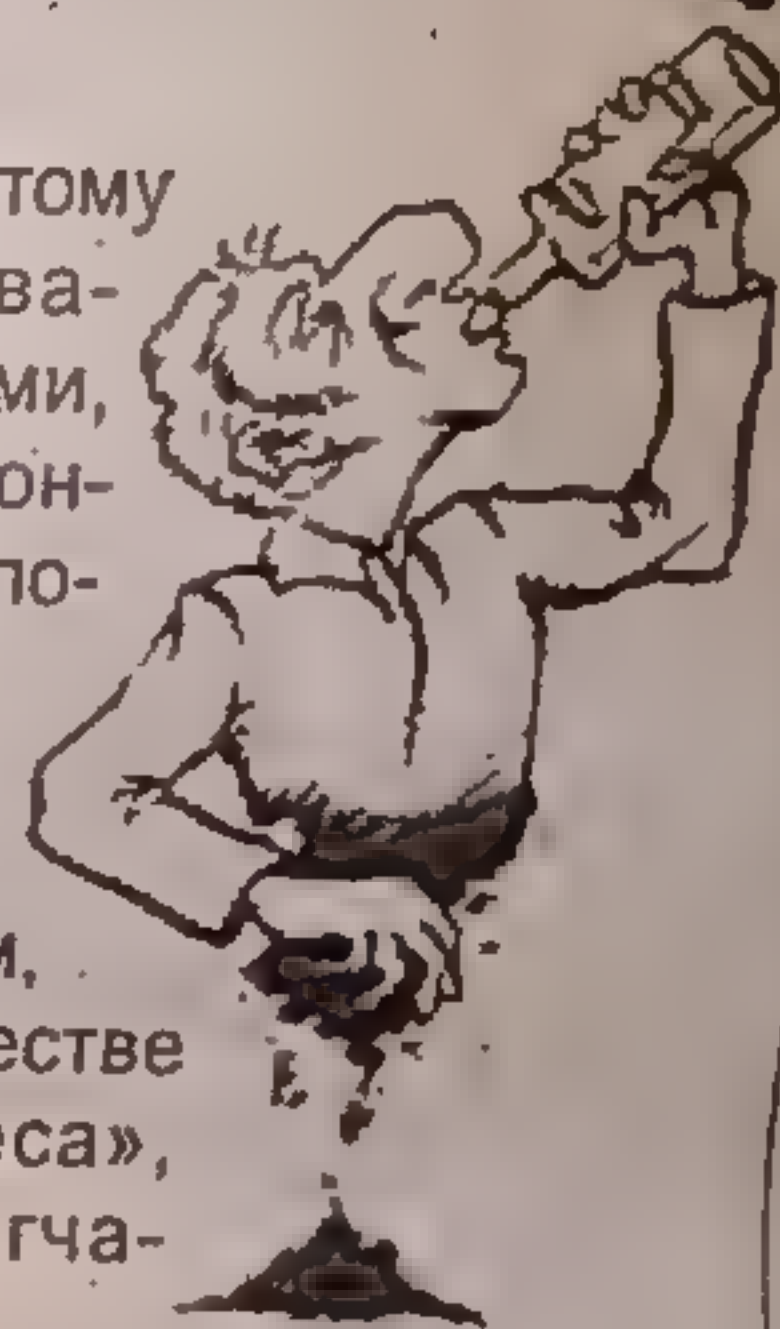
Основное место в патогенетических механизмах этого заболевания принадлежит изменениям функций ЦНС/центральной нервной системы/. Алкоголь действует на самораздражение «эмоциональных положительных» зон гипоталамуса и раздражение «негативных» центров. Некоторые исследователи полагают, что именно во влиянии алкоголя на функциональное состояние «центров удовольствия» и «центров наслаждения» гипоталамуса и заложена его способность вызывать зависимость.

Наука подошла довольно близко к ответу на вопрос, что же именно вызывает патологическое влечение к алкоголю и другим наркотикам. Но патогенез этих заболеваний, как утверждается, представляет собой сложный комплекс, звенья которого пока недостаточно изучены. Это ут-

верждение принадлежит группе советских ученых во главе с академиком АМН СССР, директором ВНИИ общей и судебной психиатрии им. В.П. Сербского.

Ученые пытались выявить типичную «алкогольную личность». Так, А. Н. Стаценко /1980 г./ обследовал 50 женщин в возрасте до 30 лет. Всем им была свойственна примитивность личности. Потребность в общении у них сочеталась с затруднениями в её

реализации, поэтому они ограничивались неглубокими, формальными контактами с себе подобными. Алкоголь является для них эмоциональным фактором, выступает в качестве «общего интереса», средства, облегчающего общение.



«ПРЕАЛКОГОЛЬНАЯ ЛИЧНОСТЬ» - КТО ОНА?

Обследовав группу лиц с повышенным риском заболевания алкоголизмом, Э. Е. Бехтель (1984 г.) дал характеристику «преалкогольной личности», определив её как «структурную» - без чёткой структуры мотивационной сферы, не выработавшей своего отношения к окружающему миру. Эту личность отличают 6 особенностей:

- 1) отсутствие стойких интересов и жизненных установок;
- 2) отсутствие интереса к труду, удовлетворения от труда;
- 3) неумение культурно отдыхать, отсутствие потребности в этом;
- 4) отсутствие интереса к общественной жизни, общественной работе;
- 5) повышенная конформность /податливость/, приводящая к неустойчи-

ПАУТИНА АЛКОГОЛИЗМА

ности собственного мнения, лёгкому подпаданию под чужое влияние;

6) отсутствие сознания дефекта личности, чувства ущербности.

Подобные обследования, попытки выявить «алкогольную личность» приводили к поверхностным, противоречивым выводам и не давали положительного результата в избавлении людей от алкогольной зависимости, так как они не отражали глубинных процессов, происходящих в человеческой психике, не затрагивали тонкий мир человека, его связи с Вселенским разумом.

Интересный факт: среди алкоголиков, наркоманов очень большой процент интеллектуально и нравственно развитых людей. В трезвом состоянии они в своём творчестве, в своей работоспособности, отношении к труду зачастую превосходят своих коллег которые «пьют умеренно» и не страдают алкоголизмом

ного рода венерическим заболеваниям. А бывает (к ним относятся наркомании) - через довольно продолжительное время. Эти болезни имеют свои стадии развития. Бывает, что человек наследует алкоголизм через одно-два поколения. За редким исключением, человек, родившийся от алкоголика или алкоголички, унаследовавший геном алкоголизма, наркомании, не становится в своей жизни наркоманом или алкоголиком. Но это не значит, что его дети обезопасены от родового проклятия/заболевания. Ему дан шанс избавить своих потомков от наследуемой болезни. Если он не будет употреблять наркотические вещества, будет вести праведную жизнь, то он изменит судьбу своих детей и внуков, если же нет - они

обре-
чены на
алкоголизм
или наркоманию.

АЛКОГОЛИЗМ И НАРКОМАНИЯ - ПО НАСЛЕДСТВУ

или наркоманией, но и не блещут ни умом, ни моральными качествами, не говоря уже о духовном мире. Это, на мой взгляд, ещё одно доказательство тому, что причины алкоголизма-наркомании находятся гораздо глубже, чем это представляет себе современная наука. Я уже не говорю о категории людей, которые к объяснению кардинальных причин алкоголизма, наркомании привлекают политический и идеологический аспект, преемственность пагубных пристрастий людей, общественных традиций и обычаев.

В распространении употребления наркотических веществ эти причины играют свою роль, в основном, в формировании пьянства, в развитии же заболеваний алкоголизмом и наркоманией - нет. Есть пороки, расплата за которые наступает практически незамедлительно: прелюбодеяние, разврат ведут к различ-

Мутация человеческого генного аппарата продолжается. Совсем недавно учёные выявили сокращение количества мужских Y-хромосом у мужчин. Это именно те хромосомы, которые передают по наследству мужские половые признаки: половые органы, конституцию тела, внешность. Через определённое время представители мужского пола могут изменить свой внешний облик и аппарат размножения, возможно, и способ размножения.

Те, кто употребляет сейчас наркотические вещества/табак, алкоголь, другие наркотики/, даже если они, на первый взгляд, делают это «умеренно», готовят себя в будущее наркоманты и передают наркотеном своим потомкам.

И. В. Галушкин

г. Ростов-на-Дону

(Продолжение следует)

Можно ли использовать спиртные напитки для стимуляции аппетита?

Считается, что можно использовать спиртные напитки для стимуляции аппетита. Поначалу рюмка водки, являясь сверхсильным раздражителем для слизистой оболочки желудка, действительно усиливает аппетит. Но уже на начальном этапе извращается деятельность органов пищеварения. А со временем влечение к пище полностью исчезает. Всем известно, что алкоголики пьют не закусывая и могут не есть довольно долгое время.

ЗМЯ

Увеличивает ли физическую и умственную работоспособность небольшая доза спиртного?

Доказано, что доза водки в 60 граммов снижает мышечную силу примерно на 17%. Что касается умственных способностей, то был проведен эксперимент, в ходе которого несколько человек, выпив сухого вина, выполняли счетные операции, машинописную работу, заучивали тексты наизусть, вдевали нитку в ушко иглки. Оказалось, что даже небольшое количество выпитого вина давало явное замедление темпа работы, увеличивало число ошибок и неточностей.

Запивать ли водку газированной?

Многие, чтобы не сильно пьянеть, частенько разбавляют и запивают крепкие напитки газированной водой, различными тониками. Однако это только ускоряет опьянение и приводит к тяжелому похмелью. А потому если уж запивать водку, то только негазированной минеральной водой.

«Пей, не напиваясь». Омар Хайям

Самоисцеление и долголетие № 2



**СГУСТОК КРОВИ
ИЛИ ДЕФФЕКТ
ПЛЕНКИ?**



**КОМУ ВЕРИТЬ -
ВРАЧАМ
ИЛИ ЦЕЛИТЕЛЯМ?**

ЗАМКНУТЫЙ КРУГ

Не резко, а как-то постепенно с усиливающейся болью начало покалывать ниже лопаток, да так, что тяжело было дышать. А при глубоком вдохе пронизывало острой коликой под сердцем.

Наконец после рентгеновских снимков выяснилось, что в правом легком собрался сгусток крови, а это и есть первая причина недомагания, но назначенные уколы

и препараты за две недели не дали результата.

Однажды при разговоре со знакомой услышала совет съездить в Старую Краснянку к целителю, который, по словам Марины, творил чудеса:

Через пару дней Нина Степановна очутилась у целителя. Рассказала о своей горе и показала рентгеновские снимки.

- Кто вам сказал, что это сгусток крови? Это же засвечена пленка в этом месте. Вам надо было сделать снимок повторно, но если никто не догадался, то мы начнем лечение без снимков.

Осмотрел целитель Нину Степановну, ощупал позвонки между лопаток и предложил лечь на кушетку. Поправка длилась минут пять, но Нина Степановна почувствовала облегчение между лопаток, а в поясницу и крестец и в те места, где последнее время немело, мерзло и болело пошло тепло.

Нина Степановна осторожно подымалась с кушетки, пытаясь не вдыхать полной грудью, и целитель это заметил.

- Не бойтесь, Нина Степановна, дышать. Наоборот, попробуйте полной грудью.

Нина Степановна была удивлена и несколько раз вздохнула как можно глубже, но колики в сердце не последовало.

- Похоже на то, что вы что-то тяжелое подымали, а так как у вас был сколиоз, то межпозвоночный диск придавило, и он вышел за свои пределы. Там образовалась межпозвоночная грыжа. Она еще в малых размерах и не застарела, поэтому легко разошлась после первой поправки, - сказал целитель.

«Как просто и легко освободил он эту грыжу» - размышляла Нина Степановна, глядя через окно автобуса на обочину, поля и овраги, заснеженные снегом - просто не верится, что была там эта грыжа.

ЧЕРНЫЙ ЭПИКРИЗ

Каждый человек, имеющий какую-то болезнь считает, что его болезнь самая главная. Чем дольше он ее лечит, тем больше убеждается в этом.

Деятельность любого целителя - это калейдоскоп неординарных случаев, встреч, человеческих судеб. Сегодня мы предлагаем вашему вниманию только два «стеклышка» из этого разнообразного и разноцветного калейдоскопа.

Однажды этот целитель получил письмо, в котором больная, вложив свои медицинские выписки, просила, если не требовала,

гарантии того, что он ее излечит от бо-

лезней, которые описаны в этом черном эпикризе.

Имея огромное желание помочь этой списанной женщине, целитель написал: «Уважаемая Екатерина Александровна! Прочитав вашу черный эпикриз - засомневался, что институт правильно «повесил» вам эти диагнозы.

Поэтому опишите своими словами каждую болезнь, как где болит и при каких обстоятельствах?».

Вскоре целитель получил ответ:

«Уважаемый В. С.

Получив от вас ответ на мое письмо, в котором я посылаю свои эпикризы, я конечно, была очень долго в шоковом состоянии. Как вы могли мне написать такое? Я находилась в институте 1,5 месяца, где меня обследовали и в итоге выдали заключение. А вы мне задаете вопрос, правильно или неправильно определили мои болячки? Вы просите описать вам мои болячки словами? Считаю, что лучше я не опишу, как сделали в институте. Выписываю журнал «СД» и от корочки до корочки читаю несколько раз. Хочу послать ваш ответ на мое письмо в редакцию журнала «СД», может, они сочиняют такие лестные отзывы о вас, не проверив результат вашего лечения, а может, вы им платите хорошие деньги за их сочинения?

С уважением, Екатерина Александровна».

Целитель не обиделся на Екатерину Александровну, но по характеру понял, что и лечить эту женщину, «списанную» традиционной медициной, не так-то просто потому, что много непредсказуемого кроется в ее упрямом, нервическом характере.

А мог бы помочь целитель Екатерине Александровне?

Да, если бы она выполнила рекомендацию целителя. Но она с первого знакомства не поверила в него, в его метод и силу.

В. Очеретный.

Ранние взаимоотношения мать — дитя настолько важны для возникновения патологии, что они, пожалуй, заняли больше места в исследованиях, чем какой-либо другой аспект детской психиатрии. В последние два десятилетия феномен «мать — дитя» изучался путем прямого наблюдения как на животных, так и на человеке. Эти эксперименты заметно контрастируют с ранними психоаналитическими исследованиями, которые базировались исключительно на ретроспективных рассказах взрослых о своих детских переживаниях.

подчеркивает, что теплое чувство в отношениях мать — дитя в первый год жизни защищает дитя от многих форм физиологических расстройств, и младенец, лишенный матери, будет стараться стимулировать себя ритмическими движениями тела, например стучась лбом или сильно раскачиваясь.

Психиатрия для непосвященных

Лео Каннер, чья книга «Детская психиатрия» (1935) стала первым учебником по этому предмету на английском языке, описал один из видов младенческой патологии, который, как он считал, напрямую связан с ранними отношениями мать — дитя, исследовав аутистического ребенка, который с рождения был, по-видимому, отчужден от всякого человеческого контакта. Такой ребенок либо очень поздно, либо никогда не разовьет способности осмысленно говорить. По мнению Каннера, этот тип детей проявляет исключительные способности в обращении с предметами — собственно, их ловкость можно развить необыкновенно, — но не способен осмысленно общаться с людьми. Каннер нашел, что матери таких детей интеллектуально развиты, однако очень холодны и эмоционально отстранены от своих детей. Каннер, таким образом, определил аутизм как вид детской шизофрении, восходящей к материнскому отношению.

Взгляды Каннера опровергает Лоретта Бендер, считающая, что шизофрения имеет биологическую основу. Бендер предположила, что истинной причиной заболевания служит «отставание в созревании» плода, что последующая критическая ситуация просто выносит на поверхность шизофренические реакции у ребенка, уже генетически к этому предрасположенного. Бендер разделяет детские шизофрении на три группы. Дети первой группы не умеют говорить и выглядят дефективными; именно этих детей она называет «аутистическими». Другая группа — «псевдоневротики» внешне кажутся невротиками, но при ближайшем рассмотрении оказываются психотиками. Третья группа, тоже психотическая, выглядит психопати-

ческой, так как она предрасположена к правонарушениям.

Рене Спитц сравнил развитие и поведение малышей из двух разных приютов. В одном младенцам почти не уделяли внимания, не побуждали к деятельности, хотя кормили их очень хорошо. В другом (для детей, матери которых были в заключении) матерям разрешали нянчить детей и играть с ними довольно часто. Спитц нашел, что дети в первом приюте развивались значительно хуже, чем во втором, и заключил, что недостаток развития имеет причиной «госпитализм» — жизнь без достаточной материнской ласки. Спитц также описал состояние, которое он назвал «аналитической депрессией», наблюдаемой у детей, также лишенных в детстве нормальной материнской заботы. Они плаксивы, уходят от контакта, теряют в весе, легко поддаются инфекции и могут даже умереть.

Еще два нью-йоркских психоаналитика — Маргарет Фриз и Маргарет Риббл, — также много работавшие с грудными детьми, считают, что, хотя с рождения младенцы отличаются по уровню активности, та манера, с которой мать обращается с ребенком в период выкармливания, определяет, будет ли он в дальнейшем сверхактивным или пассивным. Риббл указывает, что «у младенцев быстро развивается болезненное состояние напряжения, если он не имеет правильного и постоянного психологического материнского ухода». Она утверждает, что нарушение взаимоотношений мать — дитя часто ведет к «преувеличенным формам аутоэротизма, таким, как слишком долгое сосание пальца, удержание стула, задержка дыхания и разнообразные автоматические движения, которые мешают развитию индивида...». Риббл



Сейчас уже установлено, что у холодных или безразличных матерей бывают напряженные, сопротивляющиеся младенцы, которые часто даже сосать не хотят, а иногда становятся совершенно отчужденными, впадая в состояние, близкое к ступору. Даже на будущее интеллектуальное развитие неблагоприятно действует отстранение матери, и это совершенно очевидно.

Боулби указывает, что ребенок, оторванный от матери, проходит три стадии — протеста, отчаяния и, наконец, отрешенности. В стадии протеста он сердится, что мать ушла от него; затем он теряет надежду, что она вернется; наконец, его отчаяние переходит в отрешенность, и он перестает реагировать. Боулби сравнивает эти три стадии с траурной скорбью и считает, что такого рода психопатология у новорожденного подобна классическому описанию Фрейда в его книге «Скорбь и меланхолия» (1917). Но не каждый ребенок становится инвалидом, будучи оторван от матери; Боулби объясняет, что вред от ранней разлуки зависит от возраста, в котором это происходит, от того, насколько длинна разлука и в какие условия попадает ребенок, оторванный от матери.

Другой неблагоприятной формой взаимоотношений мать — дитя является «материнская сверхзабота», вид удушающей любви, которая может быть столь же разрушительной для личности.

Франц Александер
Шелтон Селесник

Кофе образует камни в почках

Самоисцеление и долголетие № 2



**«ДОМОСТРОЙ»
ОДОБРЯЕТ
БИТЬЕ**



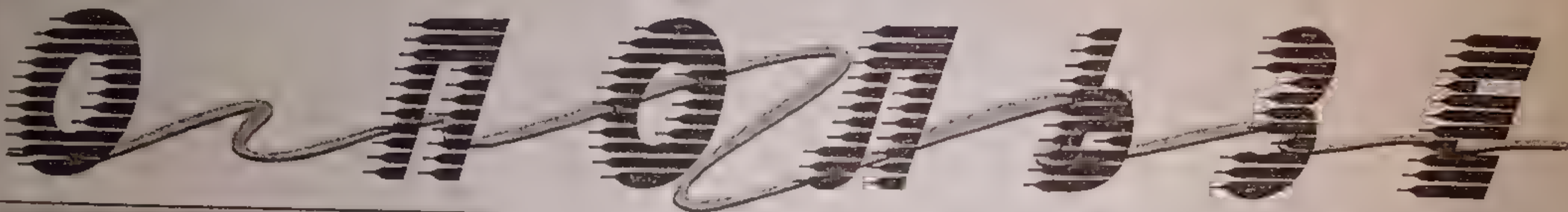
**РОЗГИ ДЛЯ
50-ЛЕТНЕГО
ЧАДА**



**ЕСЛИ ЖЕНА
ИСКУШАЕТ
НА БЛУД**

В «СД» № 24 ЕСТЬ ИНТЕРЕСНАЯ СТАТЬЯ, ОЗАГЛАВЛЕННАЯ «О ВРЕДЕ ТУМАКОВ И ПОЛЬЗЕ РОЗОГ». ВОЗМОЖНО, ПОРКА ДЕЙСТВИТЕЛЬНО МОЖЕТ В ОПРЕДЕЛЕННЫХ СЛУЧАЯХ ПРИНЕСТИ ПОЛЬЗУ. ПРАВДА, НЕ ВСЕГДА ПОНЯТНО, КОМУ. В НАШЕЙ СТРАНЕ ПОРКИ ДАВНО УЖЕ СТАЛИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ТРАДИЦИЕЙ.

Когда-то меня, как целителя, пригласили лечить 17-летнюю парализованную девушку. Выяснилось, что паралич вызван остеохондрозом. Отложение солей, которое приняло настолько сильную форму, что полностью «сцементировало» все суста-



«Сокрушай ребра сыну своему»

Монах Сильвестр в своей книге «Домострой» дает следующую рекомендацию по воспитанию детей: «Сокрушай ребра сыну своему и рабу своему, ибо бия дитя свое в юности, обретишь поддержку от него в старости».

Именно этот самый Сильвестр, как известно, был воспитателем юного Ивана IV, прозванного Грозным. Может быть, политику этого человека, ставшего царем, и следует считать продиктованной необходимостью, но все же нельзя отрицать и влияния Сильвестра. Ситуация по нынешним временам стандартная: один садист воспитал другого. И именно во времена Ивана Грозного книга Сильвестра стала наиболее распространенным, широко рекомендуемым властями и церковью пособием по воспитанию детей, да и по устройству семейной жизни.

Нужно сказать, что эта книга действительно пользовалась огромной популярностью. В течение более 200 лет идеалом в семье считался отец — деспот, держащий младших членов этой семьи, да и жену в состоянии постоянного террора. И только значительно позже нечестивый царь Петр отменил «Домострой», введя взамен европейскую систему воспитания.

Но ввести подобную систему не

так-то просто. Она утверждалась в основном среди высшего класса — дворян. Более простые слои населения, крестьяне и мещане, продолжали, не мудрствуя лукаво, пользоваться рекомендациями монаха Сильвестра. И традиция жить большими семьями лишь усиливала диктатуру старшего в роду.

В наше время это может показаться преувеличением, но это далеко не так. Одна бабушка, к примеру, с восторгом рассказывала о своем соседе, рядом с которым она жила незадолго до революции. Этот сосед, семидесятилетний старик, периодически выводил во двор своего пятидесятилетнего сына и порол его кнутом. «Вот, — с восторгом рассказывала старушка, — какое почтение старикам было! Никто и подумать возразить не смог!» И именно подобные нравы в процессе своего развития создали в нашей стране такую жизнь, которую мы сейчас и имеем.

Полезна ли порка для воспитуемого?

Конечно, подобный метод воздействия в какой-то степени может компенсировать недостаток сообразительности у воспитателя. Но в то же время такой метод дает и побочные последствия, на которые воспитатель не рассчитывает. И такие последствия многочисленны и разнообразны.

Подвижными оставались только пальцы на руках.

Как «снять» образ болезни

В таких случаях я «снимаю» образ болезни в форме трансовых видений. И эта болезнь представилась мне в виде черепахи. То есть это была реакция организма на нещадные порки, которыми подвергала девочку мать. И организм дал себе бессознательную команду защищаться. Уменьшилась чувствительность к боли, а на местах стал быстро нарастать толстый слой солей. Любопытно, что после соответствующей «чистки» соли начали быстро рассасываться. Примерно через три месяца девушка вновь стала ходить.

Однако традиции порки были изобретены отнюдь не монахом Сильвестром. Подобные рекомендации были получены из Константинополя вместе с православной религией. Входящая в состав православной библии Книга Страха так же рекомендует порки. И не только по отношению к детям, ей подвергались и жены. «Жена, ногами играющая, — поучает Книга Страха, — искушает на блуд». И она рекомендует избавляться от греховных желаний с помощью рукоприкладства. И когда мужчина в старой русской деревне потихоньку забивал жену до смерти, то его даже и не осуждали, полагая, что хозяин имеет полное право по-

ИСТОРИЯ И ТРАДИЦИИ

ступить со своими близкими по своему разумению. Осуждали лишь непокорность.

Если сравнить Книгу Страха и книгу Сильвестра, то ясно видно, что последний переписывал у первого целые абзацы о наказаниях, не меняя ни единого слова. И надо полагать, что традиции телесных наказаний идут с гораздо более древних времен. Так, древние египтяне истязали малолетних рабов без всякой вины - просто с детства приучали их к беспрекословной покорности. И во

из основных признаков склонности к садизму. Но в любом случае вводимая в подсознание программа имеет два вида последствий, проявляющихся в процессе ее развития. Это в первую очередь те последствия, на которые рассчитывал воспитатель, а во вторую - побочные последствия, совершенно неожиданные. И кроме них, существует понятие ложной интерпретации.

**Ребенок должен знать,
за что его побили**



время избиения им внушались мысли об их собственном ничтожестве и обязанности служить хозяину. Феномен такого внушения подробно разбирается в дианетике. Человек в шоковом состоянии, испытывающий сильную боль, становится чрезвычайно внушаемым к любым программам. И любая фраза становится своего рода программой, действующей на подсознательном уровне.

**Традиции телесных
наказаний известны
издревне**

Человеку нелегко такой приказ обойти - в определенных конкретных ситуациях он начинает действовать как зомби. И с течением времени подобные воспитательные традиции перешли на детей, которые в древнем мире приравнялись к рабам. В некоторых семьях традиции сохраняются и до нашего времени.

Возможно, именно внушение определенных принципов и является конечной целью воспитания, вне зависимости от того, каким путем оно достигается, при этом воспитатель должен быть абсолютно уверен, что он во всем прав, а воспитуемый заблуждается. Это убеждение по утверждениям психологов и считается одним

Ложная интерпретация - явление чрезвычайно широко распространенное. Здесь проявляется действие так называемого реактивного разума - живущего в глубине человеческой души разума примитивного животного. В определенных состояниях функционирует именно этот разум, делая из происшествия наиболее примитивные и нелепые выводы. Любой ребенок мог бы чрезвычайно изумить своего воспитателя, если бы откровенно высказал свое мнение о том, что его побили, поскольку это мнение очень редко совпадает с мнением самого воспитателя. Правда, иногда трудно понять, какое из двух

мнений действительно является правильным.

**Порка - запрет
на любовные отношения**

Одной из основ, лежащих в основе ложных интерпретаций, является известный по Фрейду Эдипов комплекс. В его основу ложится унаследованы из эпохи каменного века подсознательное стремление родителя сделать ребенка безопасным для себя, то есть - бесплодным. И нередко дети на подсознательном уровне воспринимают порку именно как запрет на любовные взаимоотношения в будущем. И такой запрет дает многочисленные плоды в далеком будущем. Это могут быть и люди, ведущие монашеский образ жизни, и в то же время все чаще появляющиеся в наше время многочисленные последователи Чикатило. Последний, как известно, был прекрасным семьянином, порой удовлетворявшим возникающие у него потребности на стороне достаточно оригинальным образом - в обход внушенных с детства запретов. Из постоянно поротых детей порой вырастают и настоящие монстры. Правда, здесь играет роль не столько сам процесс порки, сколько ощущение внутренней жестокости родителей. И нередко тяжелый характер отца или матери может оказать более тяжелое влияние, чем сам процесс порки.

Недавно я побывал в православной церкви, где слушал проповедь об обязанностях членов семьи. Видимо, со времен царя Ивана православие сильно изменилось. Современная церковь не только не поощряет телесные наказания, но также и осуждает их. Что же касается Книги Страха, то ее рекомендуют понимать в символическом смысле, хотя применялась она обычно в смысле практическом. Но, как писал Владимир Высоцкий: «Мы все - таки умнеем понемножку». И древние системы ценностей, претендовавшие на звание и «духовных» потихоньку умирают.

Доктор Морро.

Кофе образует камни в почках

Самоисцеление и долголетие № 2



**ОБЩЕСТВО
НЕ ГОТОВО
К УВЕЛИЧЕНИЮ
ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ**



**ПРИЗНАКИ
ФИЗИЧЕСКОГО
УВЯДАНИЯ**



**ДУШЕВНЫЕ
РАССТРОЙСТВА
У СТАРИКОВ
ОБУСЛОВИЕМ МОДЕЖИ**

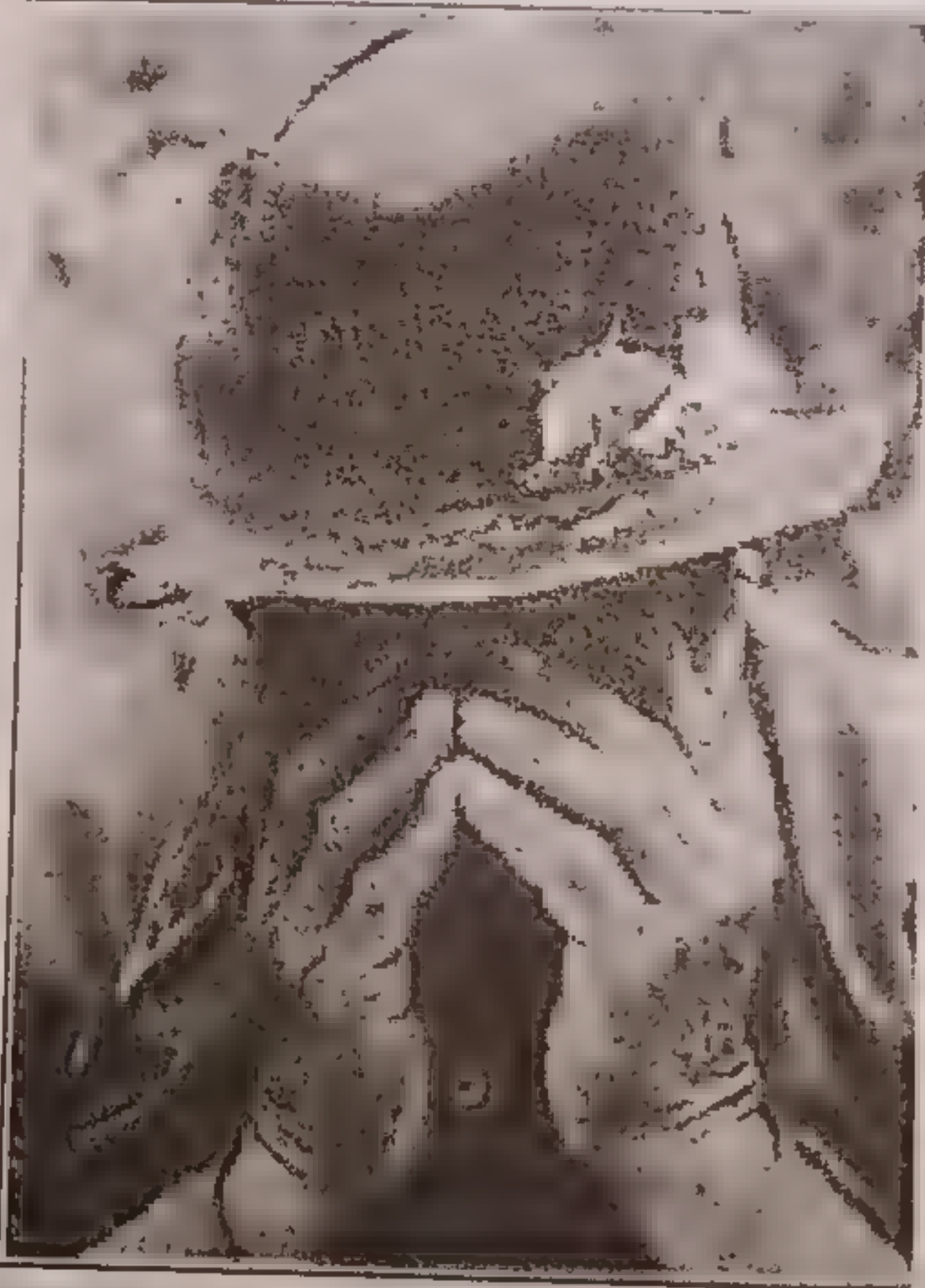
ПРОБЛЕМЫ СТАРЕНИЯ

В психиатрии вряд ли найдется проблема более актуальная и затрагивающая большее число людей, чем проблема старения. До недавнего времени психиатрия концентрировалась вокруг душевных болезней — например, старческих психозов, — которые происходят из-за прогрессивного вырождения мозга; новейшие исследования, однако, показывают все больший вес психологических и социологических факторов, определяющих душевные проблемы пожилых.

Мы явно делаем успехи в продлении жизни наших граждан, но прогресс медицины, ответственный за эту продленную жизнь, не сопровождается равноценным прогрессом общественных институтов, которые в большинстве своем недвусмысленно демонстрируют, что пожилые не очень-то нужны обществу. Например, возьмем преобладающую политику отставок и ухода на пенсию только по хронологическому возрасту: повсеместное применение этого принципа полностью игнорирует тот факт, что существует различная степень и скорость старения, совершенно индивидуальная. Многие люди в 80 лет физически и умственно значительно энергичнее, чем иные в 50; тем не менее всех, без каких-либо различий, заставляют уходить в безделье в один и тот же хронологический момент. Кроме того, наше общество не готово ко все увеличивающемуся числу пожилых граждан и не научилось конструктивно пользоваться их способностями.

Давно известно, что прогрессирующее ухудшение телесных функций влияет на функции умственные, хотя физиологическое одряхление ни в коей мере не параллельно психологическому увяданию. В тех обществах, где к пожилым относятся с большим уважением и где старость имеет положительный оттенок, слово «старый» само по себе не несет негативного оттенка и нет нужды заменять его эвфемизмами вроде «человек в возрасте». Социальное окружение бросает старому человеку вызов: общество почитает и уважает его и в то же время ожидает от него мудрости и примера для других. Этот вызов, это

чувство своей нужности, уважения противодействуют биологическому увяданию. Это подтверждается тем хорошо известным медикам фактом, что очень часто после ухода на пенсию все физиологические и психологические симптомы, характерные для старения и присутствовавшие ранее лишь намеками, внезапно расцветают пышным цветом. Преждевременно ушедший на пенсию человек может стать раздражительным, капризным, угнетенным, теряет интерес к жизни; он также обнаруживает явные признаки физического увядания. Этот набор синдромов описан как «невроз отставки», и во многих случаях все реакции наступают с необычной внезапностью и могут даже привести к преждевременной смерти.



Один из важных аспектов старения, тесно связанный с психическим здоровьем, — это эндокринологическое увядание. Эндокринные железы — надпочечники, щитовидная железа, гипофиз, яичники — все подвержены влиянию эмоциональных процессов. Наиболее ясная демонстрация такого влияния — это овуляция у животных,

стимулируемая сексуальным возбуждением. На значительно более сложном уровне, однако отражая то же самое отношение эндокринных выбросов к эмоциям, эмоциональные! Его отношение к работе, к членам семьи, к сотрудникам, к обществу, в котором он живет, его собственные надежды и ожидания близких — все эти обстоятельства имеют либо угнетающий, либо бодрящий, оживляющий эффект, который передается через те же эндокринные системы, которые управляют всеми физиологическими процессами, связанными со старением. Очевидно, (что никто не может совсем остановить эту неумолимую поступь старения, но существуют добротные клинические свидетельства, что полноценное, активное участие в жизни общества поддерживает людей молодыми значительно дольше.

Особенный интерес для гериатрической психиатрии представляет эффект афферентной депривации (утраты сенсорных стимулов). Нормальное функционирование центральной нервной системы требует постоянной подачи, чувствительных раздражителей.

Ухудшение сенсорных восприятий — например, зрения и слуха, — которое происходит в пожилом возрасте, также ведет к некоторой физиологической изоляции от окружения и может быть по крайней мере частичной причиной душевных расстройств в старости. Такая сенсорная депривация усиливается социальной изоляцией из-за отстранения старых людей от активного участия в общественной деятельности. Таким образом, наше общество усиливает физиологический процесс старения тем, что не обеспечивает старикам стимуляции от внешнего мира, необходимой для, их психического и физического здоровья.

Франц Александр
Шелтон Селесник

ДОМАШНИЙ СЕРИАЛ: АЛЛО, СКОРАЯ!

НОВЫЙ ГОД НАСТУПИЛ, НО КРОМЕ РАДОСТНЫХ ЗИМНИХ ПРАЗДНИЧНЫХ ДНЕЙ ОН ДОБАВИЛ НАМ, СЛУЖБЕ «ОЗ» РАБОТЫ С ОСОБОЙ ИНТЕНСИВНОСТЬЮ.

Эти первые две недели года, при таком плотном скоплении праздников — 1, 7, да еще и 14 января очень урожайны на обострения хронических заболеваний желудочно-кишечного тракта (гастриты, холециститы, панкреатиты). Судите сами — хронические больные, которым целый год ничего нельзя в новогодние праздники отрываться по полной, устраивая гастрономические безумства. К сожалению, все вкусное, как правило, жареное, копченое, острое и жирное, да плюс еще и алкоголь (как не выпить под бой часов!). И в итоге получают жесточайшие обострения — воспаления поджелудочной железы, желчного пузыря.

Отдельно идут алкогольные интоксикации и «пьяные» травмы. Они тесно связаны между собой и составляют неперенный атрибут праздничных застолий.

Это бывает, когда душа требует «праздничка» и продолжения банкета, а встреча Нового года плавно переходит в запой, в ту самую «интоксикацию тяжелой степени». Старый, Новый год такие клиенты встречают под капельницей. А пьяные травмы случаются по-глупости. Это как в недавнем случае у одной бригады — в разгар вечеринки решили устроить танцы на столе. Понятное дело, что «сиртаки» между салатами и заливным закончились тяжелыми травмами. А пьяная разборка за столом, когда сказаны все тосты и начались выяснения, «кто кого уважает» завершилась повреждениями челюсти и поясницы.

Остановись эти граждане на второй рюмке, глядишь зубы и поски были бы на месте.

Тактика при остром панкреатите

Это состояние протекает с острыми опоясывающими болями в животе, вздутием, неоднократной рвотой. И до приезда скорой (а таких больных мы госпитализируем) страдания можно облегчить.

Положите холод на живот (пакет со льдом из холодильника).

Дайте спазмолитики (но-шпа, дротаверин), в инъекциях — папаверин, платифиллин.

Для уменьшения рвоты — церукал (ме-

токлопрамиз).

Но это все временно, обострение требует консультации хирурга.



Алкогольная интоксикация

Протекает тяжело, сопутствует запой.

Главная задача — вывести продукты распада алкоголя из измученного организма.

Дома обильное питье (мин. воды без газа), в условиях «скорой и стационара» — капельница с глюкозой и аскорбинкой.

Так как при отравлении организма алкоголем происходит обезвоживание, необходимо восполнить потерю солей. Пригодится раствор ретидрана (пить в течение дня). Если опьянение не тяжелой степени — быстро протрезветь поможет стакан воды с несколькими каплями нашатырного спирта.



В эти праздничные дни в комнату отдела на подстанции мы попадаем редко. Но все же присутствие Нового года можно угадать по еловым веткам с серебристой мишурой в вазе, календарю на стене с символом года — конем (презент с адреса), и тем новогодним программам, которые мы, изредка заскакивая на подстанцию попить чай, успеваем посмотреть по старому телевизору.

7 января с утра старший диспетчер поздравила всех медиков по селектору с Рождеством, пожелав здоровья, выносливости, хороших зарплат и не тяжелых больных. И тут же раздала всем вызов.

Зима выдалась снежная, это конечно радует глаз, но осложняет нашу работу. Машины часто буксуют и периодически мы становимся «ездовыми» докторами. Прохожие с любопытством наблюдают, как двое в белых халатах вытаскивают сзади забуксовавшую машину.

Зимой особое удовольствие ехать в теплой машине (что к сожалению бывает не всегда), и смотреть на метель за окном, поземку на дороге, на заснеженный город.

В одну из таких ночей мы возвращались с позднего вызова, дремали, и вдруг почти нам под колеса бросился молодой человек, замахав руками. Мы то думали, что-то случилось и тормознули. Он нам обрадовался как родным. Оказывается, он битый час ловил машину пытаясь выбраться из «спального микрорайона», но ночью его никто не хотел брать. И тут такая удача. Конечно, частный извоз не наш профиль, но до центра мы подбросить согласились, тем

более нам было по пути. Отогревшись и обрадовавшись такой удаче, он осмелел, можно сказать обнаглел, и сидя на носилках, начал восхищаться «Ух ты, блин! Никогда еще не катался в скорой. Слышишь шеф, провези меня с мигалкой — я заплачу, а если еще и с сиреной — добавлю».

Мы переглянулись — не дай Бог тебе, балбесу, оказаться на наших носилках под сиреной и с мигалкой по-настоящему. Но тут обернулся наш водитель и так красноречиво на него посмотрел, что все желания у нашего пассажира сразу отпали. Всю оставшуюся дорогу он просидел смирно и лишь доехав до площади долго прощался с нами, пожелав кучу удачи и успехов и поскакал дальше.

О наших машинах хочется сказать особо. Это лишь последнее время наш автопарк пополнился новенькими «газелями», «маздами», а до этого много лет мы работали на уазиках, рафиках, «волгах». Уазик — броневилок цвета «хаки» в процессе езды напоминал необъезженного жеребца, салон машины тоже был незатейливым, рядом с медоборудованием спокойно уживались сапоги, шланги и канистры. О релаксационной аппаратуре тогда могли только мечтать. А чего стоила «волга»! В условия оказания скорой помощи этот «гроб на колесах» явно не вписывался. Больные с сопровождающими набивались в тесный салон и ехали на носилках скрючившись буквой «зю».

Но все это в прошлом, цивилизация дошла и до нас, и сейчас машины снабжены наркозно-дыхательной аппаратурой, гибкими носилками и прочими достижениями прогресса.



И смех и грех

Ошибка диспетчера в номере квартиры чуть не стоила нам жизни. Обороняющиеся пенсионеры, запуганные этой жизнью, способны на все!

Ночь, тишина, подъезд. Сонно ползем на 4 этаж, повод обычный, ночной — давление. На автопилоте жмем кнопку звонка. Сначала один раз, потом все настойчивей. Реакции никакой. Мы сверили номер квартиры в карточке, так и есть — 15, переглянулись и позвонили снова. Тут за дверью послышалось недовольное шарканье. К нам прислушались и затравленно выкрикнули

— «И кто это?»

— «Скорая» — ответили мы.

Какая к черту «скорая» в три ночи, мы никого не вызывали. Петя, Петя неси скорей топор и гантелю.

Поняв, что дело пахнет керосином мы отступили. Получить по голове топором и гантелей как-то не хотелось никому. Спустившись в машину к рации, теперь уже чертыхались мы! Так и есть номер квартиры не 15 а 18.

Остан Хвороба

Зверобой помогает при воспалении придатков

АМЕРИКАНЦЫ РАЗРАБОТАЛИ НОВЫЙ МЕТОД ЛЕЧЕНИЯ СПИДА

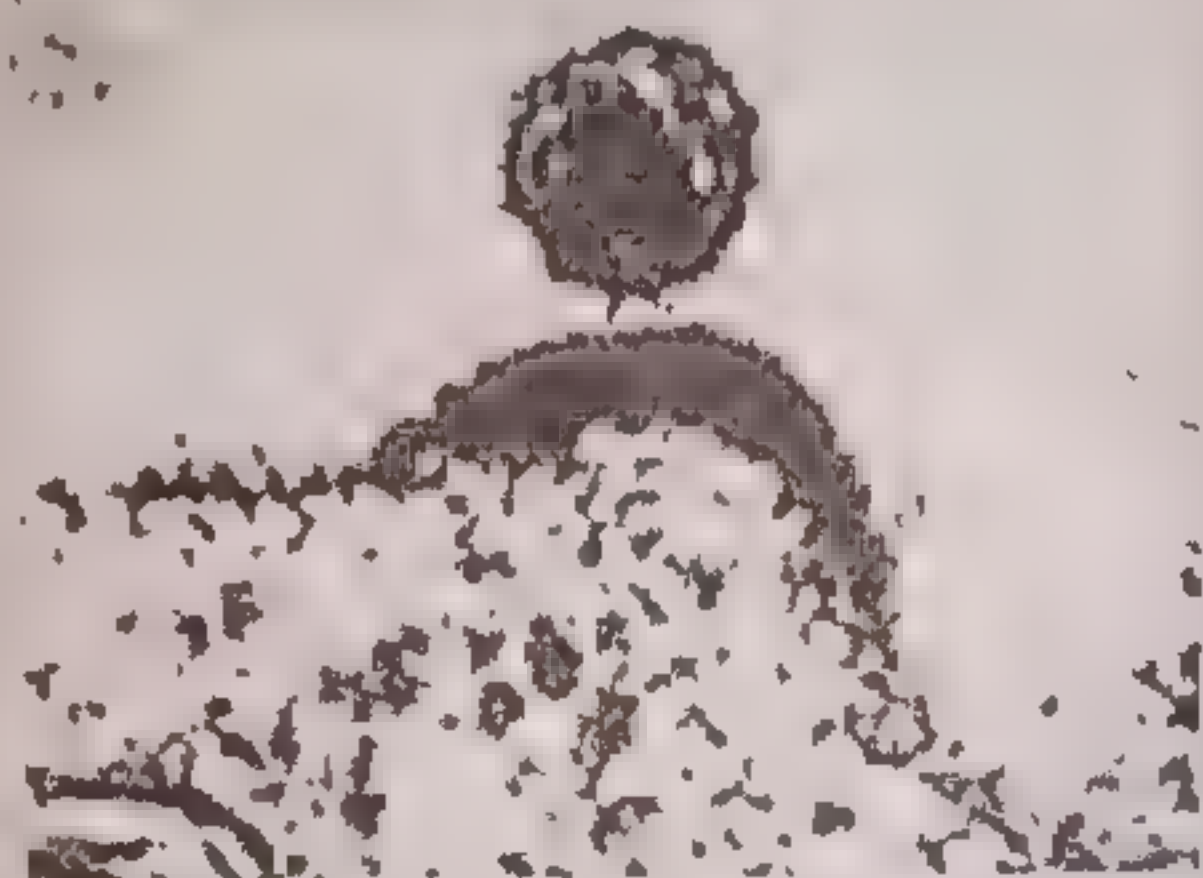
Американские врачи предложили новый способ лечения СПИДа. Они уже провели клинические испытания разработанной ими методики на десяти ВИЧ-инфицированных. Ученые отметили, что им удалось добиться значительного снижения уровня вируса у участников исследования на несколько месяцев.

В основе метода лежит увеличение активности иммунной системы за счет восстановления защитных свойств Т-лимфоцитов, которые поражаются вирусом. Суть метода заключается в заборе лимфоцитов из организма больного, их модифицировании путем процесса ко-стимуляции, который делает эти клетки более «агрессивными».

После проведения этой процедуры свойства клеток иммунной системы восстанавливаются. В последующем лимфоциты вводятся обратно в организм паци-

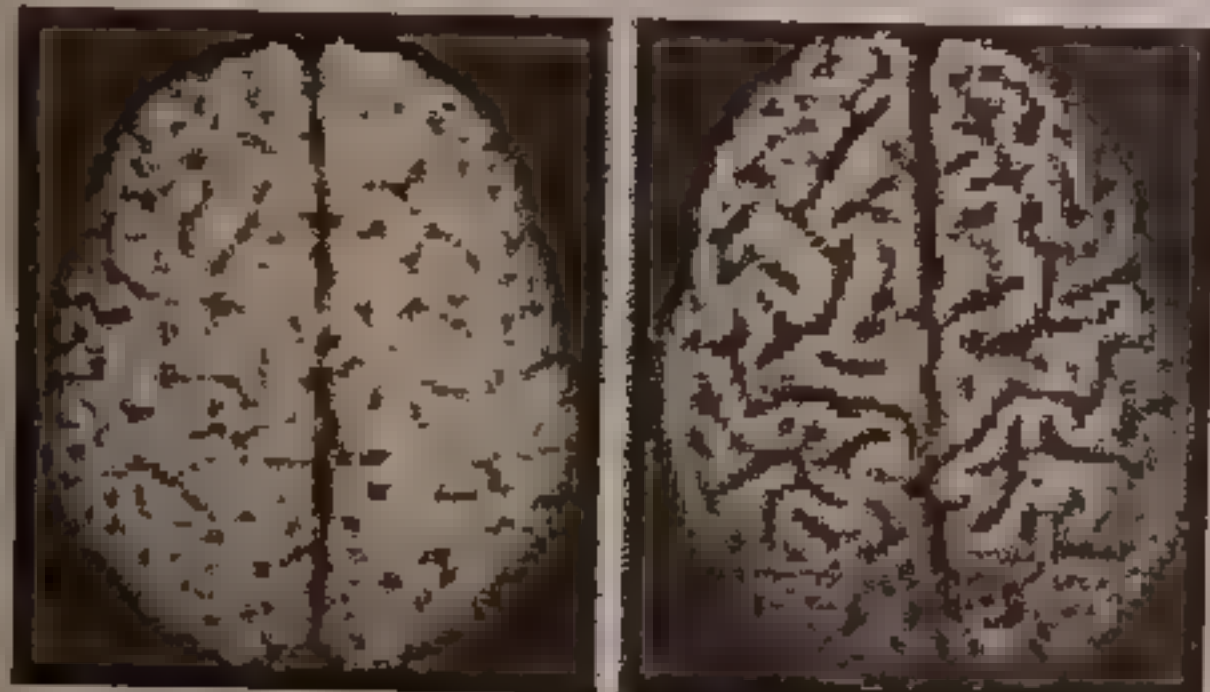
ента и начинают бороться с инфекцией.

Врачи полагают, что модифицированные Т-лимфоциты сохраняют свою способность размножаться в организме человека, зараженного вирусом, за счет чего достигается длительный лечебный эффект. Проведение дальнейших исследований покажет, действительно ли новый метод окажется полезным дополнением к лекарствам, уже используемым для лечения СПИДа.



СТАРЧЕСКОЕ СЛАБОУМИЕ ВЫЯВЛЯТ ДО СТАРОСТИ

Новая методика, предложенная американскими учеными из Университета Калифорнии в Лос-Анджелесе, позволит врачам ставить диагноз старческого слабоумия, или болезни Альцгеймера, задолго до появления пугающих симптомов. Этот метод позволит врачам буквально увидеть изменения в головном мозгу па-



циентов.

Группа ученых под руководством Джоржа Баррио (Jorge Barrio) создала вещество, которое связывается с амилоидными бляшками и нейрофибриллярными клубками, образующимися в мозгу и являющимися признаками болезни Альцгеймера. Считается, что именно они вызывают прогрессирующее снижение интеллекта.

В ходе эксперимента препарат, названный FDDNP, вводили девяти пациентам с болезнью Альцгеймера и семи здоровым людям, взятым для сравнения. Последующая позитронная эмиссионная томография выявила, что у больных скопление скапливается в участках мозга, ответственных за память.

После смерти одно из пациентов, было проведено исследование его мозга, которое выявило, что картина поражения мозга, полученная при жизни, соответствует истинному распределению бляшек и нейрофибриллярных клубков.

Как полагают ученые, этот метод можно будет использовать не только для ранней диагностики старческого слабоумия, но и для объективной оценки эффективности новых методик лечения. Уже сейчас имеются перспективные лекарства, например вакцина от болезни Альцгеймера, предложенная Elan Pharmaceuticals.

В США КЛОНИРОВАЛИ ПОРОСЯТ, СОВМЕСТИМЫХ С ЧЕЛОВЕКОМ

Компания PPL Therapeutics объявила, что ее специалистам удалось клонировать свинью, клетки которой не будут отторгаться организмом человека.

Пять клонированных поросят женского пола появились на свет 25 декабря 2001 года в США. Поросятам дали соответству-



ющие рождественские имена: Ноэль (Noel), Энджел (Angel), Стар (Star), Джой (Joy) и Мэри (Mary).

Это не первый случай клонирования свиньи. Однако, специалисты PPL, коммерческого подразделения Roslin Institute, заявили, что полученные ими клоны предварительно были генетически модифицированы с целью уменьшения риска отторжения клеток этого животного человеческим организмом.

По мнению специалистов, удачно проведенный эксперимент по получению подобных клонов - огромный шаг по пути к использованию органов животных для трансплантации человеку.

ЕВРО БУДЕТ РАЗНОСИТЬ ИНФЕКЦИЮ ПО ВСЕЙ ЕВРОПЕ

Для двенадцати стран решение о введении на их территории единой евровалюты может негативно отразиться на состоянии здоровья их жителей. Итальянский исследователь Фабрицио Преглиаско из института вирусологии Миланского университета полагает, что введение единой евровалюты может способствовать распространению инфекции.

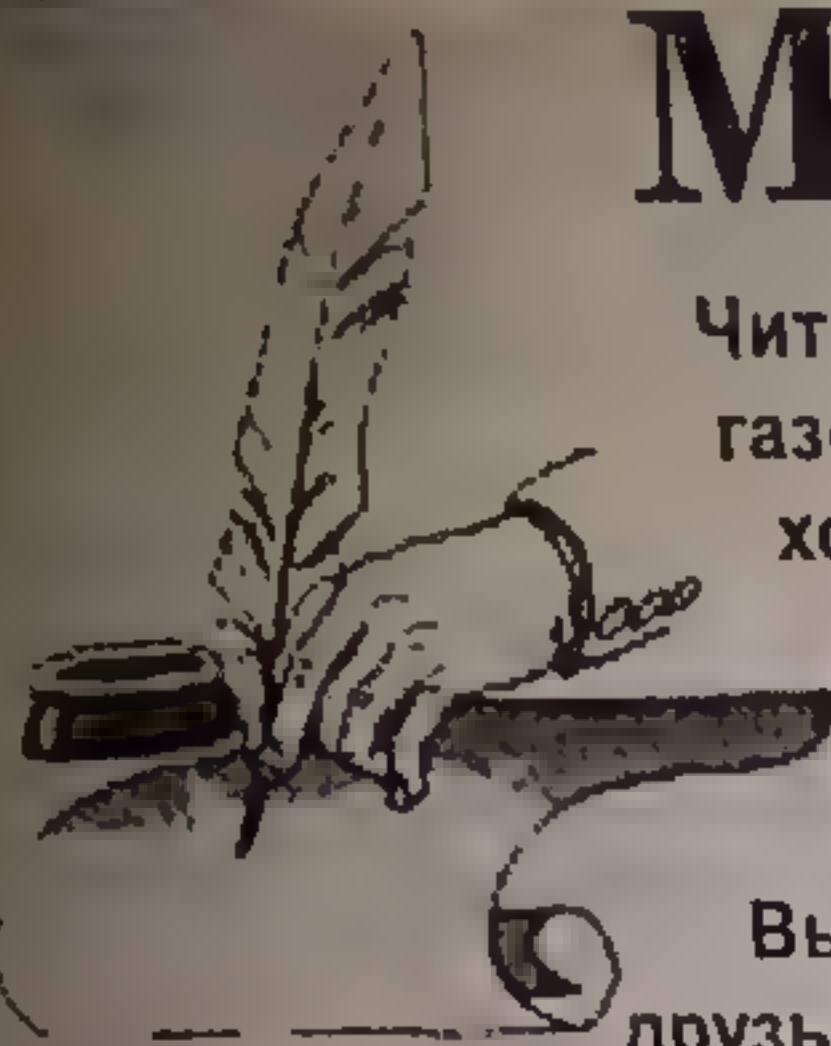
По его словам, любые банкноты и монеты могут переносить микробы, однако евро будет свободно циркулировать среди 300 миллионов человек в странах с различной эпидемиологической обстановкой, что несет в себе значительную опасность. Через монеты микробы распространяются лучше всего, так как грязь, скапливающаяся в неровностях на их поверхности, создает благоприятные условия.

Фабрицио Преглиаско полагает, что больше всего стоит опасаться распространения микробов, вызывающих желудочно-кишечные заболевания, например сальмонелл, так как даже при неблагоприятных условиях они не гибнут в течение нескольких дней.

Наибольшую опасность распространение инфекции через банкноты и монеты представляет для продавцов в магазинах, кассиров в банках и служащих почты. По мнению исследователя, регулярное мытье рук - самый лучший способ предупредить инфицирование.



Мы поможем друг другу



Читатель! Тебе предлагается анкета, ответив на которую, ты сможешь изменить полюбившуюся газету по своему усмотрению. Ведь любой человек, страдающий той или иной болезнью, хочет иметь о ней как можно более полную информацию - начиная от общих факторов и заканчивая результатами последних исследований. Но практически невозможно удовлетворить требования, пожелания читателя, не предоставив ему слова. Поэтому не поленитесь, заполните и пришлите анкету. Итоги опроса мы опубликуем в № 7 за 2002 год. Вы также можете сделать ксерокопию этой анкеты и предложить заполнить вашим соседям, друзьям и родственникам.

Анкета

Имя _____, возраст _____, пол _____ проживаете в городе ☐, в пгт ☐, в селе ☐,
заболевание(-я), которым(-и) страдаете _____

Где приобрели газету:

☐ в киоске ☐ у распространителей, ☐ в библиотеке ☐.

Ваш вариант _____

Оцените основные рубрики по 10- бальной системе в квадратики:

- | | | |
|----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Слово к читателю <input type="checkbox"/> | 9. Ты - мне, я - тебе <input type="checkbox"/> | 17. Доктор Интернет <input type="checkbox"/> |
| 2. Духовное исцеление <input type="checkbox"/> | 10. Консультации специалистов <input type="checkbox"/> | 18. Сериал «Алло, скорая?» <input type="checkbox"/> |
| 3. Молитвы <input type="checkbox"/> | 11. Болезни - бой <input type="checkbox"/> | 19. Инструкция по эксплуатации человеческого организма <input type="checkbox"/> |
| 4. Гость редакции <input type="checkbox"/> | 12. Лечебная кухня <input type="checkbox"/> | 20. Познай себя (тесты) <input type="checkbox"/> |
| 5. Алкоголизм <input type="checkbox"/> | 13. Растение-лекарь <input type="checkbox"/> | 21. Какой у нас праздник <input type="checkbox"/> |
| 6. Опухолевые заболевания <input type="checkbox"/> | 14. История, традиции врачевания <input type="checkbox"/> | 22. Очевидное - невероятное <input type="checkbox"/> |
| 7. Слово практикующему целителю <input type="checkbox"/> | 15. Архив долгожителя <input type="checkbox"/> | 23. Тайны знахаря <input type="checkbox"/> |
| 8. Помоги себе сам <input type="checkbox"/> | 16. Кроха <input type="checkbox"/> | 24. Биоэнергетика <input type="checkbox"/> |

4. Какие из материалов, опубликованных в 2001 г., вызвали у вас наибольший интерес? _____

5. Какими практическими рекомендациями и советами, опубликованными в газете, вы пользуетесь? Помогли ли они вам? _____

6. Какие недостатки, на ваш взгляд, присущи газете?

(перечеркните квадрат напротив выбранного ответа):

- а) то, о чем пишет «СД», я раньше узнаю из других источников ☐
- б) газета дорогая ☐
- в) мало конкретных рекомендаций, много общих рассуждений ☐
- г) узок круг тем ☐
- д) газета перенасыщена информацией, ее трудно «переварить» ☐
- е) не хватает материалов о значении духовных начал в жизни человека ☐
- ж) качество иллюстраций, фото, рисунков ☐
- з) ваш вариант _____

7. Согласны ли вы заплатить за «СД» на 30% больше, если у нее появится полноцветная журнальная обложка? Да ☐ Нет ☐

8. Назовите авторов газеты, чьи материалы вам особенно нравятся? _____

9. Что надо сделать, чтобы газета в большей мере отвечала вашим интересам? _____

Адрес для писем: 83087 г. Донецк, а/я 2314 «Анкета»

**СЧАСТЛИВ,
ЧТО ПОМОГ
ДРУГУ**



**И БОЛЕЗНИ
ОТСТУПИЛИ
ОТ ЛИЛИ!**



**СПАСИБО
ЛЮСТРЕ
ЧИЖЕВСКОГО**

Мой школьный товарищ - Игорь К. Мы с ним вместе ходили в детсад, школу, окончили один институт. Игорь из благополучной семьи.

Но вот после армии ему стало «не везти» в жизни.

Девушка его не дождалась из армии, стал он часто болеть, попал в автокатастрофу, но, к счастью, остался жив, отделался переломом руки, ноги. Это вылечили.

Но Игорь пал духом. Я много с ним беседовал, помогал ему как друг. Однако все хуже и хуже чувствовал себя Игорь в моральном отношении, а посему и здоровье не спешило к нему возвращаться.

Я выписываю газету «СД», посоветовал Игорю купить пароль «Настрой на выздоровление». Он не хотел. Но я, извините, уцепился за него, как вошь за кожу: «Купи да купи»

Купил он, пользовался этим паролем 4,5 мес. Наконец, пришло долгожданное избавление от всех болезней и пессимизма. Игорь пошел на поправку.

Я счастлив, потому что смог помочь своему другу, своему единственному задушевному товарищу.

Спасибо тебе, дорогая редакция, за это. У меня на душе светло: друг пришел в себя. Спасибо!

Костя Кириченко.

г. Севастополь.

Уважаемая редакция!

Моя сестра, Майстренко Лиля, болела с детства, очень часто простужалась, организм слабый, иммунная система тоже слабая, дистония, слабое зрение. Как говорится, куда ни кинь, всюду клин. А ведь ей всего 21 год. Куда и к кому мы только ни обращались, но никакого результата.

Купили мы пароль «Настрой на выздоровление». Стала Лиля им пользоваться, и очень серьезно, надоели ей все ее болезни, недомогания.

Постепенно болезни начали отступать: нормализовалось давление, не боится теперь простуд, значительно окрепла, стала лучше видеть, т. е. полная противоположность прошлому ее самочувствию.

И она и мы очень счастливы, за что сер-

дечно благодарим всех работников редакции. Поздравляем Вас с наступившим Новым годом и желаем всего самого лучшего. До свидания

Екатерина Майстренко.

г. Николаев.

Родная редакция!

Иначе не могу назвать, потому что ты помогла мне обрести здоровье.

Благодаря рекламе люстры Чижевского, в которой вы доходчиво рассказываете о ее применении и большой пользе, я наконец-то вернула себе здоровье. А оно у меня было никудашнее. С малых лет я болела простудными заболеваниями, температура всегда была высокой – до 40 0, горло болело очень сильно. Приходилось часто пропускать школу. Дальше – больше: в 25 лет – язва желудка и 12-перстной кишки; в 26 лет – порок сердца. Особенно расстроилась, когда мне сказали врачи о больном сердце. Всю жизнь – лечение, всю жизнь – на таблетках.

И вот люстра Чижевского. Я поднатужилась хорошо и купила ее. Стала использовать по инструкции. Через 5 месяцев я забыла напрочь, где у меня что кололо, где болело. Я – совершенно здоровый человек. Только жалею, что ничего мы не знали раньше, например, если бы я знала об этом в молодости, разве я допустила бы столько болезней, с которыми промучилась все свои молодые годы. Поэтому, многоуважаемая редакция, я так рада, что здорова, не болею, все на месте и ничего не болит. Вот уже сколько времени меня ничего не беспокоит. Я надеюсь и на дальнейшую свою спокойную счастливую жизнь.



Излучающие
электроды

Рабочий
блок

А за
люстру
Чижев-
ского спа-
сибо тебе,
дорогая ре-
дакция.

**Раиса
Визигова.**

г. Донецк.

ПОЛЕЗНАЯ СТРАНИЧКА

КОНКУРС ДЛЯ ПОДПИСЧИКОВ

Условия

Участвуют читатели газеты, подписавшиеся не менее чем на 6 месяцев.

1. Необходимо собрать отрывные талоны газет с №1 по №6 за 2002 год (итого 6 штук.)

2. Заполнить произвольно клеточки



ОТРЫВНОЙ ТАЛОН

№2

3. В этом номере мы публикуем *особый купон*, в который необходимо в произвольном порядке наклеить все отрывные талоны и выслать в редакцию по адресу: 83087, г. Донецк, а/я 2314, (в России - 111141, г. Москва, а/я 473, Краснобельмова Н.Б.), вместе с копией квитанции о подписке.

ПРИЗОВОЙ КУПОН

УЧАСТВУЮТ ОТРЫВНЫЕ ТАЛОНЫ ГАЗЕТ
с № 19 по № 24 за 2001 год.
Высылать до 18 января 2002 года.

№ 22	X	0	0
№ 19	0	X	0
№ 21	X	0	0
№ 20	X	0	X
№ 23	0	X	0
№ 24	0	0	X

4. Все победители будут награждены главным призом: «ЛЮСТРОЙ ЧИЖЕВСКОГО».

Внимание!

Простое прочтение нашего издания до конца, уже способствует Вашему изменению, ведь Вы вступили в связь с благоприятной целебной энергетикой.

Это Ваш первый шаг к успешному завершению всех Ваших начинаний на пути улучшения Здоровья, Успеха, Счастья, Любви!

Редакция

Дорогие читатели!

Чтобы купить предлагаемые нами товары для здоровья, Вам необходимо выслать почтовым переводом необходимую сумму по адресу: 83087, г. Донецк, а/я 2314, получатель - Колесник К. С. На почтовом переводе указать, за что оплачено, сколько, обратный адрес и телефон.

Ниже приводим таблицу цен.

Получение в течение после получения денежного перевода	15 дней	40 дней
1. Люстра Чижевского	450	400

ПАРОЛЬ «НАСТРОЙ НА ВЫЗДОРОВЛЕНИЕ»

Дата рождения

Имя

Пароль

ПАРОЛЬ «СНИЖЕНИЕ ИЗБЫТОЧНОГО ВЕСА»

Дата рождения

Имя

Пароль

ПАРОЛЬ «ДЛЯ ЖЕЛАЮЩИХ БРОСИТЬ ПИТЬ»

Дата рождения

Имя

Пароль

ПАРОЛЬ «ЛЮБОВЬ»

Дата рождения

Имя

Пароль

ПАРОЛЬ «СЧАСТЛИВОЕ ЧИСЛО»

Дата рождения

Имя

Пароль

ПАРОЛЬ «НА ДЕНЬГИ»

Дата рождения

Имя

Пароль

Слова-пароли - это фактор поддержки своего психометрического кредо в момент преодоления тех или иных препятствий в достижении успехов при движении к желанной цели.

Чтобы заработать пароль, он должен быть индивидуален и его лучше четко астрологически и энергетически определить.

Мы можем помочь Вам в этом, если Вы вырежете вышеприведенный купон и вышлите на наш адрес вместе с почтовым переводом на 5 гривен за каждый пароль (в случае заказа 3-х паролей стоимость составит 12 грн., 6-ти - 22 грн.).

Для России: стоимость услуги - 25 руб. за каждый пароль (в случае заказа 3-х паролей стоимость составит 60 руб., 6-ти - 110 руб.).

Льготы для подписчиков газеты: в Украине стоимость услуги 2 грн. за каждый пароль (в случае заказа 3-х паролей стоимость составит 5 грн., 6-ти - 10 грн.). В России 15 руб. за каждый пароль или 25 руб. - за 3 пароля и 48 руб. за 6 паролей. Только не забудьте выслать также копию квитанцию о подписке.

Деньги переводить по адресу:

В Украине: 83087, г. Донецк, а/я 2314, Колесник Ксения Станиславовна.
В России: 111141, г. Москва, а/я 473, Краснобельмовой Нине Борисовне.

В конверт не забудьте вложить конверт с обратным адресом.
Помните! Что Ваше личное благополучие находится только в Ваших руках, и, используя наши советы, достичь его не составляет особого труда!

МАГИЯ ПРИРОДЫ

СИЛА БЕЛОГО СВЕТА

На наших глазах происходит столь быстрое возрождение практики черной магии и колдовства, что это не может не тревожить

Набирает обороты деятельность некоторых недобросовестных компаний, оказывающих такие услуги, где черная магия и колдовство представлены в «облагороженном» виде. Но это еще, как говорится, было бы полбеда. Беда в том, что подобные фирмы «забывают» предупредить потребителей своих услуг о тяжелых последствиях для душевного и психического здоровья, которыми оборачивается использование потусторонних сил в безнравственных и эгоистических целях.

Как же защитить себя от воздействия черной магии и колдовства?

Прежде всего заметим, что на каждого человека, испытавшего воздействие потусторонних сил, приходится по меньшей мере сотня других, которым только кажется, что они подверглись такому воздействию. Поэтому, как говаривал сатирик, не сходите с «ума раньше времени».

И помните: никакое нападение на вас с использованием потусторонней энергии невозможно, если вы окружены прочной, непроницаемой аурой.

Представьте себе, что вы полностью окружены чистым, прозрачным, ослепительно ярким белым светом. Он исходит снизу и полностью окутывает ноги, тело, голову, закрывая вас, словно щитом. Вызовите «белый свет», мысленно приказывая ему защитить вас от всех возможных нападений потусторонних сил. **«Белый**

свет» - ваша душевная броня. Практикуйте эту процедуру ежедневно, и вскоре вы почувствуете, как вокруг вас начала появляться и укрепляться защитная аура. Даже если образа «белого света» в вашем сознании не останется, вы можете быть уверены, что его защитные свойства все равно будут действовать, обороняя вас невидимым щитом.



Мощной защитой от темных сил являются святые символы.

Наиболее сильные из них - это магическая фигура (пятиконечная звезда) и укрепляющая душу Соломонова печать (шестиконечная звезда); два ее

перекрещивающихся треугольника символизируют вечный жизненный урок - Добро всегда побеждает Зло. **Носите тот из талисманов, который для вас лично значит больше, чем другие.**

Многие даже не подозревают, что лук и его «побратим» чеснок обладают способностью поглощать не только отрицательную энергию, но и вообще все дурное.

Если на вас пытаются воздействовать с использованием потусторонних сил, рекомендуем прибегнуть к проверенному методу защиты на ночь. Возьмите две луковицы, разрежьте их пополам и по половине разложите в каждый угол вашей комнаты. Они поглощают всю негативную энергию, проникающую в помещение. Наутро соберите половинки луковиц (но только не дотрагивайтесь до них руками), вынесите из комнаты и сожгите или закопайте.

Чтобы очистить атмосферу в доме от вредного или дурного воздействия, разбросайте по полу чеснок. Утром соберите его и сожгите, но только, опять же, не касаясь руками.

Если, помимо своей воли, вы страдаете от вмешательства в вашу жизнь колдуна или мага, советуем прибегнуть к быстродействующему средству: перейдите через бегущую воду, например, через реку по мосту, через мелкий ручей и т.п. Бегущая вода обладает особыми энергетическими качествами, разрушающими связь злоумышленника с душой жертвы.

Вальтер ЗЕРРО

Регистрационный № 018633 от 25.03.99

Учредитель: Можухина А.Н.

Издатель и главный редактор:

Краснобельмова Н.Б.

Редактор: Костанда С.Я.

Адрес для писем: 111141, г.Москва, а/я 473

В Украине: 83087, г.Донецк, а/я 2314

E-mail: kostanda@mail.ru; iskra_ua@yahoo.com

<http://www.zona.com.ua/www/index.htm>

Отпечатано в типографии Михайлова
г.Смоленск

Тираж 7100 экз. Общий тираж 17000 экз.

Мнение авторов может не совпадать с мнением редакции. Перепечатка статей - с разрешения редакции. Рукописи не возвращаются. Просьба: не использовать газету в хозяйственных целях. Если она вам не нужна, подарите ее друзьям или соседям.

Заказ № 488
Подписано в печать

№ 3 февраля 2002 г.

Не традиционная медицина

САМО ИЩЕЛЕНИЕ ДА ОЛГОЛЕТИЕ

Основана в 1994 году, выходит 2 раза в месяц

Подписной индекс:

для Украины 41332
для России 79671

Мир глазами
ясновидящего

Виртуальный
удар
по семье

Опухоли, миомы, фибромы - чем вылечить?



Массаж с маслом с головы до ног

СЛОВО К ЧИТАТЕЛЮ

УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ, В НАШ АДРЕС ОТ ВАС ПОСТУПАЕТ МАССА ПИСЕМ, И В КАЖДОМ ИСТОРИЯ ЖИЗНИ, БОЛЕЗНЕЙ, ИНОГДА НЕСКОЛЬКИХ ПОКОЛЕНИЙ СЕМЬИ. В НАЧАЛЕ НАШЕЙ ТВОРЧЕСКОЙ ЖИЗНИ МЫ ЗАДАВАЛИ СЕБЕ ВОПРОС: «ЗАЧЕМ ЛЮДИ ПИШУТ ТАК ПОДРОБНО О СВОЕЙ СЕМЬЕ В РЕДАКЦИЮ ГАЗЕТЫ? ВЕДЬ НЕ ДЛЯ ПУБЛИКАЦИИ ЖЕ!» ВЕДЬ ЕСЛИ ПО БОЛЬШОМУ СЧЕТУ РАЗОБРАТЬСЯ, ЧЕМ МОЖЕТ ПОМОЧЬ ФИРМА (РЕДАКЦИЯ) — ОСНОВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ КОТОРОЙ ЯВЛЯЕТСЯ РАСПРОСТРАНЕНИЕ ИНФОРМАЦИИ?

МЫ

ВАС ПОНИМАЕМ!

Затем мы поняли. Вы, дорогие наши читатели, воспринимаете нас как домашнего психотерапевта, а все потому, что действительно, ведь в нашей стране человеку обратиться некуда со своими проблемами. Вы даже и на ответы, наверное, не очень надеетесь, зная подсознательно, что это и не так уж важно. Психологи по этому поводу советуют: «Если у Вас проблемы — изложите их хотя бы на бумаге и Вам станет легче, возможно».

А сегодня мы хотим поделиться с Вами, дорогие читатели, собственными проблемами.

Первое: из-за большого объема писем мы вынуждены принимать только работников. Письма мы читаем все, а вот ответы даем реже, только на конкретно поставленные вопросы, и на которые знаем ответы. Например, вопрос: «Я болею тем-то и тем-то, диагноз такой, что мне делать?» — Мы не отвечаем, т. к. на такой вопрос может ответить только специалист и конкретно на приеме. На вопрос, кто из целителей лечит «это» — тоже не отвечаем, даже если какой-то целитель заявлял о себе на страницах газеты. Если мы не видели результатов его работы, то адрес его так же не можем дать. Вы уж пожалуйста, сами выбирайте адреса со страниц газеты и обращайтесь к ним напрямую. Так будет и быстрее и правильнее.

Если в газете публикуется статья,

имя автора, но нет адреса, значит мы его не знаем, либо целитель прием не ведет, т. е. обращение напрямую в редакции все равно ничего не даст. Хочется еще заметить: настоящие целители в рекламе не нуждаются, это «гастроле-ры», разного рода «бабушки, матушки, спасители и хранители» в ней нуждаются, а вернее в Ваших деньгах и публикуют они свои объявления с «чудными» отзывами в обычных публичных газетах, мы такого рода рекламу в газету не принимаем. А к настоящим целителям не зарастает народная тропа.

Второе: зачастую из очень объемного письма так и не просматривается основной вопрос. Было бы гораздо лучше, если бы в конце письма Вы кратко формулировали вопрос, на который также просто можно было бы ответить. Если в газете приводится какой-либо «талон» заполняйте его так, как написано в аннотации к нему, не делайте так, как Вам того хочется. Например: в талоне — одноразового обращения к В. Соломину указано: один вопрос и ответ на который только «да» или «нет». Рекорд по количеству записанных в этот талон вопросов побил читатель из Одессы, он умудрился туда втиснуть почти 25 вопросов. Результат — ответ не получил ни на один. Почему? Потому, что заполнил «случайно» неправильно. Мы Вас, конечно, понимаем, но...



Третье, иногда приходят письма с жалобами на целителя, о котором в газете шла речь, что он не вылечил кого-то от чего-то.

Да, уважаемые читатели, в мире практически нет целителей, врачей, которые бы лечили всех от всего, и при этом еще и вылечивали. У кого-то что-то получается в отношении одного человека, а с другими и не выходит. Это в порядке вещей. Другое дело если письма на одного и того же целителя с

жалобами начинают идти регулярно, да еще о том, что берет за «нелечение» огромные деньги, например за один прием от 11-15 у.е., а за изгнание порчи 300 грн. (60 у.е.), тогда мы перестаем о нем печатать информацию, но и сведения, порочащие целителя, нами лично не проверенные, на страницах газеты не излагаем.

Давайте жить дружно, дорогие читатели.

Пишите нам письма, стучитесь и откроют Вас. Мы Вас понимаем!

Ваша С. Коспанда.

ВНАЧАЛЕ ХОТЕЛОСЬ БЫ ПОГОВОРИТЬ С ВАМИ, ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ, О ТОМ КАК ПРАВИЛЬНО ЗАДАВАТЬ МНЕ ВОПРОСЫ, ЧТОБЫ ПРАВИЛЬНЫЕ ПОЛУЧАТЬ ОТВЕТЫ.

100-200 лет и т.д.

То о чем рассказывает В. А. Соломин поражает воображение, такие способности как у него не фиксировал не один историк, летописец, от

Слово ясновидящему В. Соломину

Приведу пример неправильной постановки вопроса. У меня спрашивают: «Приедет ли такой-то ко мне в гости из оттуда? Я просматриваю и не вижу гостя едущего в наземном транспорте. Мой ответ — нет. И тут же получаю ответ: «А он уже приехал». Я в растерянности, не вижу его. Я набум задаю вопрос: «Каким транспортом он приехал?». — Самолетом. — Теперь я вижу его в воздухе, так да, летит.

Вот это и есть результат неправильного поставленного вопроса. Я работаю как компьютер, ответ на вопрос идет мне как с экрана, я его только озвучиваю. Далее, если Вы спрашиваете, например, о прохождении того или иного товара через таможню, то укажите место, время, город и т.д. О человеке то надо указывать имя, число, месяц, год рождения. Далее: купил или достал, убил или шлепнул — это тоже разные понятия.

Есть такое понятие: корректировка судьбы.

Я вижу заболевания, которые будут у человека через 5-6 лет. Вы узнаете об этом, сделаете профилактику и это заболевание не разовьется. Иногда люди не могут найти себе пару потому, что живут именно в этом месте, в этом городе. Я могу это подсказать и судьба человека состоится, если он изменит например, свое место проживание. Если женщина не может забеременеть, то причиной этому очень часто бывает незнание того, что для этой пары, например, возможность забеременеть создается только не-

сколько раз в году.

Я подскажу когда именно и парабретет должжданное чадо. Тоже самое касается бизнеса и прочего. Например, я помогал спасать людей, которым требовалась срочная операция, когда нетрадиционные методы были исчерпаны.

Ведь для каждого человека существует «своя» больница, врач, квартира, машина и т.д. Я это знаю заранее, я на-

шел им больницу и врача в Германии. Кроме того, например, если есть перечень больниц (по всему миру) я подскажу «вашу». Тоже шахтерам: в одном месте шахты тому или иному человеку грозит опасность, а вот другому нет. Я могу подсказать как правильно назвать ребенка, чтобы ему всегда везло («как вы яхту назовете, так она и поплывет»).

Все это касается как вопросов прошлого, настоящего так и будущего. Время как-бы идет по кругу, но имея повторяющиеся этапы, звенья, еще и имеет место наложение новых событий. Тем ценна моя информация для людей, что можно даже планировать, например, постройку зданий, сооружений техники, которая уже сейчас будет намного опережать то, что считается новым и передовым. Я знаю как, все будет выглядеть через

такого потока совершенно ранее недоступной информации голова идет кругом. Ведь как мы привыкли жить: надеяться на себя, на свои силы, жить одним днем, одной жизнью и надеждой на лучшее будущее. А скажи кому-либо из нас, что надежды у нас во многом пустые, что тогда остается у человека?



Но... все же спасибо Владимир — последнюю надежду он ни у кого не заберет, просто для этого и существуют корректировка судьбы.

Далее, мы попросили Владимира поделить свои наблюдениями по поводу глобальных проблем, которые волнуют человечество:

1. Внутренний принцип действия нашего Солнца.
2. Что такое Луна.
3. Причины потепления климата на Земле.

Философ Анаксагор считал, что Солнце — это большой, круглый, (Продолжение на 4-5 стр.)

раскаленный камень.

Потом Аристотель посчитал, что Солнце — это чистый огонь, так продолжалось около двух тысяч лет.

В 1842 году Майер предполагает, что Солнце поддерживает свою постоянную температуру за счет постоянно падающих на него метеоритов.

Произведя расчеты ученые поняли, что это не так. Тогда Кельвин и Гельмгольц выдвинули гипотезу о гравитационной статии Солнца и таким образом его постоянной температуре. Такая гипотеза вскоре тоже отпала.

В XIX веке была выдвинута гипотеза, что Солнце это каменный уголь — он горит и дает тепло. Произвели расчеты и поняли, что этот уголь сгорел бы за несколько отопительных сезонов, а Солнце горит миллиарды лет.

Тогда сэр Джеймс Джинс заявил, что Солнце получает энергию за счет радиоактивности. Произвели расчеты и поняли, что нет.

С 1939 года по выдвинутой Джорджем Гамовым идее считается, что источником энергии Солнца является термоядерная энергия (реакция).

Но в 1998 году японцы построив за 100 миллионов долларов под руководством Икена большой Детектор, на большей глубине поняли, что это не так. Детектор регистрировал нейтринно и направление его движения. Оказалось, что со стороны Солнца

большого потока нейтрино нет, что доказывает, что на Солнце нет термоядерных реакций. И это действительно так!

Сегодня человек обладает большими знаниями и знает принцип работы Солнца в начале 3-го тысячелетия (нашего) он должен.

Я знаю

тайну Солнца

Форма Солнца — это звезда Да-вида, а не подсолнух. Вернее оно похоже, но средняя часть несколько вытянута слева направо (снизу вверх).

Внутренняя часть Солнца вращается. Там происходит постоянное вихревое движение энергии по принципу «шестеренчатой передачи», на малую «шестерню» надета большая, на большую — еще большая, на еще большую еще большая и т.д. Малая «шестерня» вращает большую, та еще большую и т.д., а самая большая вращаясь эллипсом захватывает и вращает самую малую первую. Таким образом получается (перистум мобиле) — вечный двигатель, который можно сконструировать и на Земле.

И так благодаря постоянному движению поддерживается постоянная температура на Солнце и оно работает не на ядерном принципе. Внутри Солнца так же нет огромных давлений в миллиарды атмосфер.



Солнце Луна Земля

Представим себе магнит — когда два магнита поворачивать друг к другу разноименными полюсами они притягиваются, а когда одноименными они отталкиваются.

Так вот Солнце и Земля полюса одноименные, а Луна и Земля — разноименные. Солнце и Луна как два враждующих лагеря, где Солнце чувствует себя на высоте положения. Солнце чувствует в себе силы покорить весь мир и Вселенную. Луна в этом отношении сохраняет спокойствие. Там все, в отличие от Солнца, подвластно времени. Да, совершенно правильно, Солнце не подвластно времени оно само творит время. И на Солнце, и на Луне протекает жизнь. На Луне есть участки где имеется жизнь на моллекулярном уровне. Могу показать эти участки на карте Луны. Если Вы когда-нибудь ездили на автобусах дальнего следования или поездах, то могли заметить, что существуют промежуточные остановки, где можно заправиться, перекусить или отдохнуть. Вот так и Луна является промежуточной станцией — базой для межгалактических и межзвездных летательных аппаратов. Луна так же является своего рода таможенной и пограничной зоной. Как раз напротив моря изобилия, чуть выше моря Нектара находится посадка — космодром для посадки и старта НПО — межзвездных летательных аппаратов.

Американский спутник Клементи-на открыл, как они заявили, большое количество льда на полюсах Луны в январе 1998 г. около 4-6 миллиардов тонн, заявил в феврале 1998 года и полтора года полыхает письма, телеграммы руководителям в Вашингтон, в Хьюстон, Москву руководителям космического агентства России, руководителям космического агентства Украины, Китая о том, что на Луне льда нет. Открытый спутником Клементина и Лулар Прожектором «Лед», это плотная,

КЛУБ ФЕНОМЕНОВ

ОТВЕТЫ ЧИТАТЕЛЯМ

№	Да	Нет	Иное
1357 Светлана		X	
1777 Людмила		X	
2205 Людмила		X	
2287 Людмила		X	
10101010 Людмила		X	
8391 Людмила		X	
3369 Елена	X		ответ только на 5 вопрос
1922 Светлана	X		
0909 Ирина	X		
1949 Евгений	X		
1519 Сергей			
1724 Ирина	X		
2379 Кости			
1554 Татьяна			
4245 Светлана		X	размен будет
1234 Ольга	X	X	
0937 Валентина	X	X	
0935 Николай			
0186 Валентина			не высшее, за границей
1938 Николай	X		операцию не делать
1946 Катя			
7322 Лариса	X	X	
0038 Сергей		X	
0015 Андрей	X		
4046 Владимир	X	X	
8888 Светлана	X		приехать на консультацию
3582 Лариса	X		

От редакции:

Задавайте вопросы В. А. Соломину.

Учитывая, то, что журнальная площадь невелика, а вопросы, интересующие читателей, самые разнообразные, я предлагаю заполнить ниже приведенный талон в адрес редакции, задавать вопросы такие, ответы на которые можно дать только «да», или «нет». Ответы будут публиковаться через газету и только подписчикам «СД» на 6 месяцев на 2002 год.

Если вы хотите еще что-то узнать более подробно, то эти услуги платные. Вы либо приезжаете ко мне в г. Донецк по адресу: ул. Куйбышева, 96, либо делаете денежный перевод на сумму 50 грн. или 250 рублей. И бесплатные и платные письма и переводы направлять по адресам (вместе с копией о подписке) в Украине: 83087, г. Донецк, а/я 2314, Колесник Ксения Станиславовна. В России: 111141, г. Москва, а/я 473, Краснобельмова Нина Борисовна. На письмах указывать код «Ф». Я заключаю также договора с предпринимателями, фирмами на финансовое обслуживание. Я помогу провести пешно любую сделку, либо предупредить неудачу и т.д.

ВОПРОС В. СОЛОМИНУ (не более 20 слов)

ВАШ №

(4 произвольные цифры)

ИМЯ

ДЕНЬ, МЕСЯЦ, ГОД РОЖДЕНИЯ

ОТВЕТ ☐ ДА ☐ НЕТ

(Продолжение следует)

Нет ничего сильнее хорошего слова и нечего вреднее скверного дела

МЕДИКИ ДАВНО ЗАМЕТИЛИ, ЧТО В ИНЫЕ ДНИ ВДРУГ НИ С ТОГО НИ С СЕГО СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ ТОГО ИЛИ ИНОГО ПАЦИЕНТА ВДРУГ РЕЗКО УХУДШАЛОСЬ. ОБЪЕКТИВНЫХ ПРИЧИН, ПРИВЕДШИХ К ЭТОМУ, ВРОДЕ БЫ НЕ И БЫЛО: И ПОГОДА СТОЯЛА РОВНАЯ, И ЛЕКАРСТВА ДАВАЛИСЬ ИСПЫТАННЫЕ, И ВСЕ ВРЕМЯ ОДНИ И ТЕ ЖЕ, НО ВОТ ВМЕСТО ОЖИДАЕМОГО УЛУЧШЕНИЯ БОЛЬНОМУ СТАНОВИЛОСЬ ХУЖЕ. А НЕСКОЛЬКО ДНЕЙ СПУСТЯ — ОПЯТЬ ВРОДЕ БЫ НИ С ТОГО НИ С СЕГО — БОЛЬНОЙ БЫСТРЫМИ ТЕМПАМИ ШЕЛ НА ПОПРАВКУ.

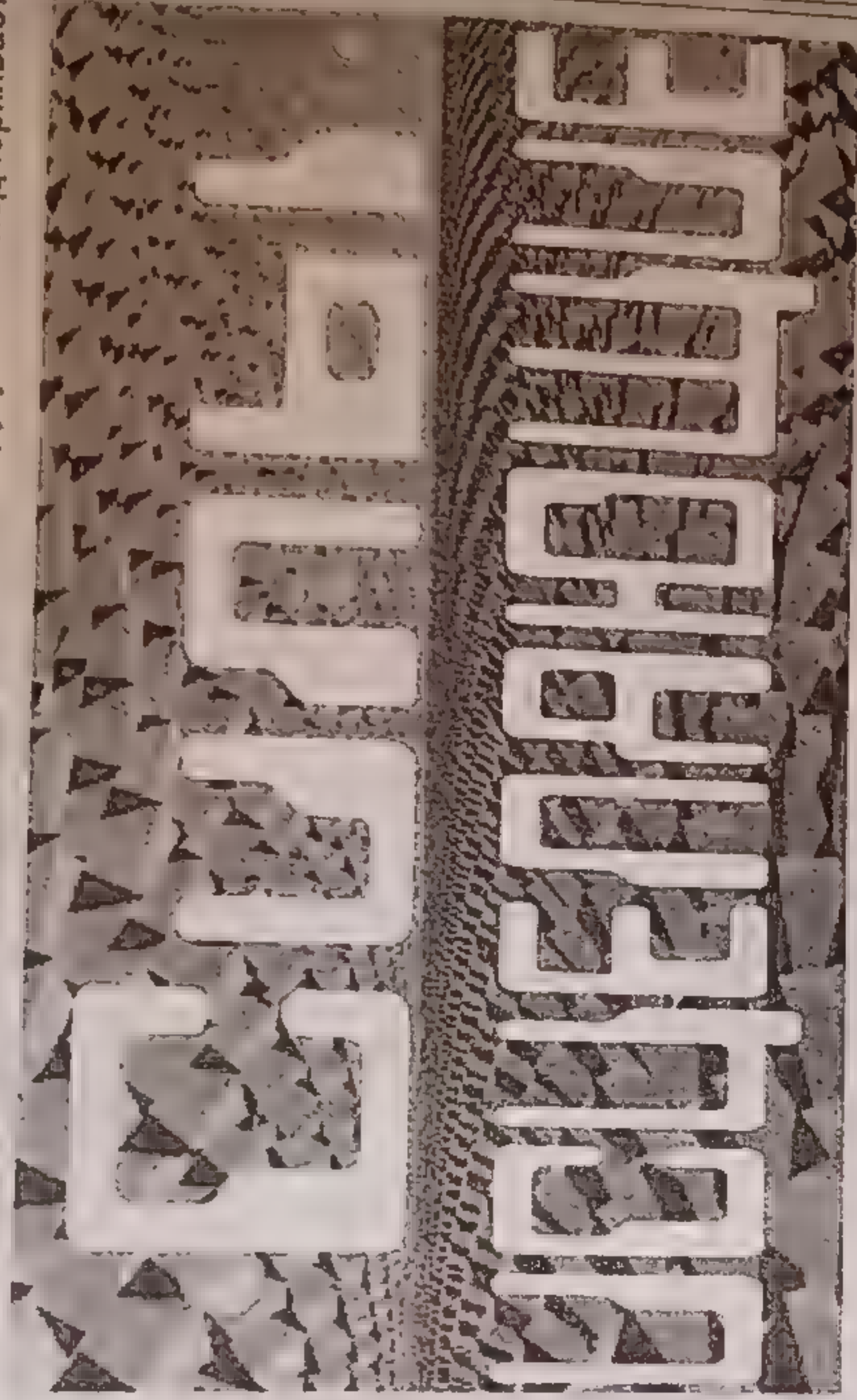
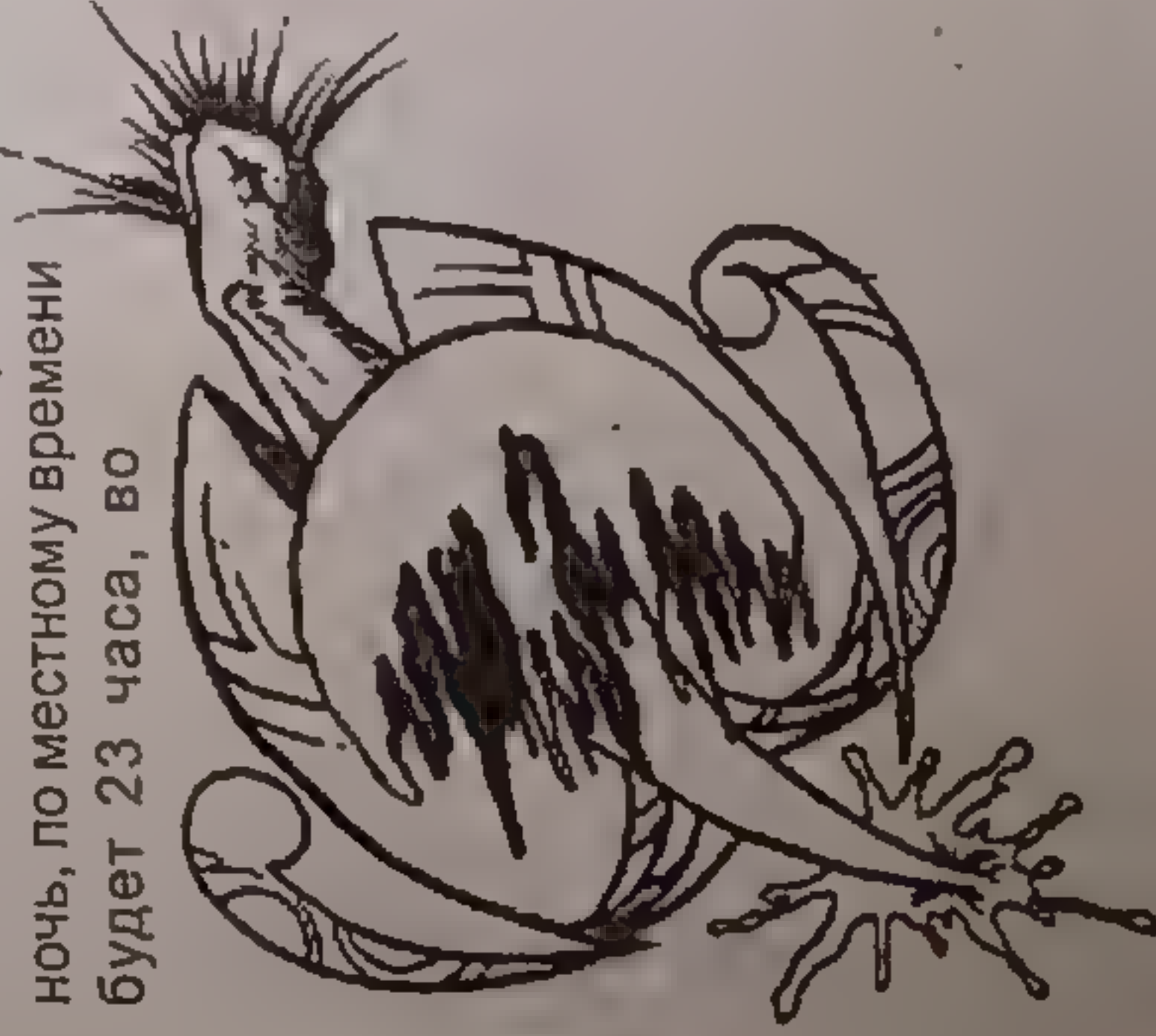
(Окончание.
Начало в №2 «СД»)



открытие циркадных ритмов несколько прояснило этот загадочный феномен. Оказалось, что человеческий организм имеет несколько биологических ритмов, в том числе примерно 23- и 28-дневные, периодически повторяющихся на протяжении всей жизни.

Выяснилось, что на эти ритмы оказывает влияние то или иное положение Солнца, Луны, других планет, а возможно, и ближайших созвездий. Складываясь друг с другом, биологические ритмы образуют стройную симфонию нашей жизни (которую мы иногда превращаем в какофонию, вольно или невольно превращая ночь в день или наоборот).

Например, 23-дневный ритм образуется из циркадного. Представьте себе, что каждый день вы переезжаете на запад ровно на то расстояние, которое соответствует другому часовому поясу, но стрелок своих часов не переводите. В первый день, когда по вашим часам наступит ночь, по местному времени будет 23 часа, во



второй — 22 часа и т.д. Через 12 дней ваши часы покажут полночь в обстановке сияющего полуденного солнца.

Примерно так же, следуя своему свободнотекущему циркадному ритму, каждый день опережая на час время солнечных суток, и наш организм превращает полдень в полночь. Через 12 дней от «часа 0» (по собственному времени организма) наступит глубокая полночь, когда на дворе стоит самый что ни на есть сияющий полдень. Те, кому приходилось работать в ночную смену, отлично знают, какая тяжелая усталость накапливается за время этой смены. Примерно такую же усталость ощущает наш организм и на эти самые двенадцатые сутки — все его физиологические процессы проходят медленнее и напряженнее.

Исследования показывают, что ночью работоспособность человеческого организма понижается. Самое неработоспособное время приходится на промежуток между двумя и четырьмя часами ночи. Мало того: «По словам известного хронобиолога (на-

помню, что хронобиология — это отрасль науки, изучающая временные аспекты функционирования живых систем, в том числе и биологические ритмы) Г. фон Мейерсбаха, — пишет известный советский ученый Б.С. Алякринский, — микроскопическая структура клетки в течение суток изменяется настолько, что кажется, будто данная клетка превратилась совсем в другую. Как подчеркивает

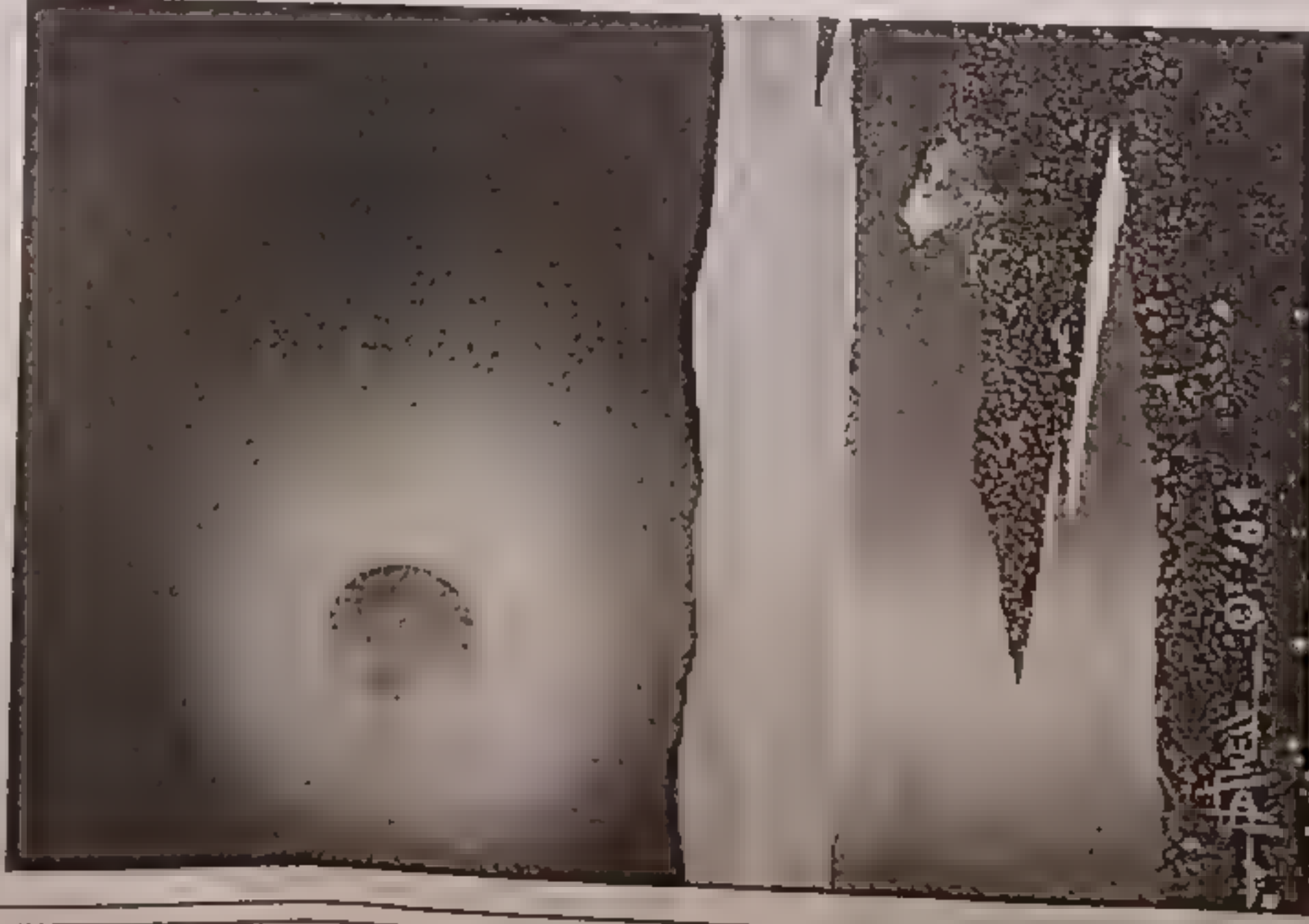
этот исследователь, в настоящее время собран огромный научный материал, свидетельствующий, что циркадные ритмы — не просто мелкие флуктуации окоლოსреднесуточной величины. Исследования биологических объектов без учета циркадианной (и другой) ритмичности вместо получения проясняющих результатов служат лишь наращиванию путаницы». Словом, падение работоспособности и в ночные часы обычных суток, и в полуденную «полночь» свободнотекущего времени организмов происходит не только на уровне организма в целом, но и на уровне клетки.

28-дневный цикл биоритма человека пока еще не имеет такого развернутого объяснения. Его связывают с лунным месяцем, точнее, с той фазой Луны, в какой она находилась в момент рождения человека, — того самого «часа 0», от которого и ведется отсчет биоритмов организма. Почему именно время рождения выбирается для точкой отсчета? Да потому, что до этого момента плод живет биоритма-

ТАЙНЫ ПРИРОДЫ

ми матери, с организмом которой он составляет единую целостность. Но как только пуповина новорожденного перерезана, он начинает жить собственными биоритмами, зависящими, как мы уже знаем, от положения и сочетания небесных светил на этот самый момент. Светила (и Земля тоже) проходят «круги своя», завершают цикл своего периодического обращения и снова оказываются в той точке и в том сочетании, в котором застиг их первый вздох новорожденного человека. Завершается и его биоритмический цикл и начинается новый. И так до тех пор, пока смерть не пережест своей косой пуповину, связывающую человека со всеми существами Земли, с Жизнью.

Я сделала основной упор на воздействие Луны как наиболее на-



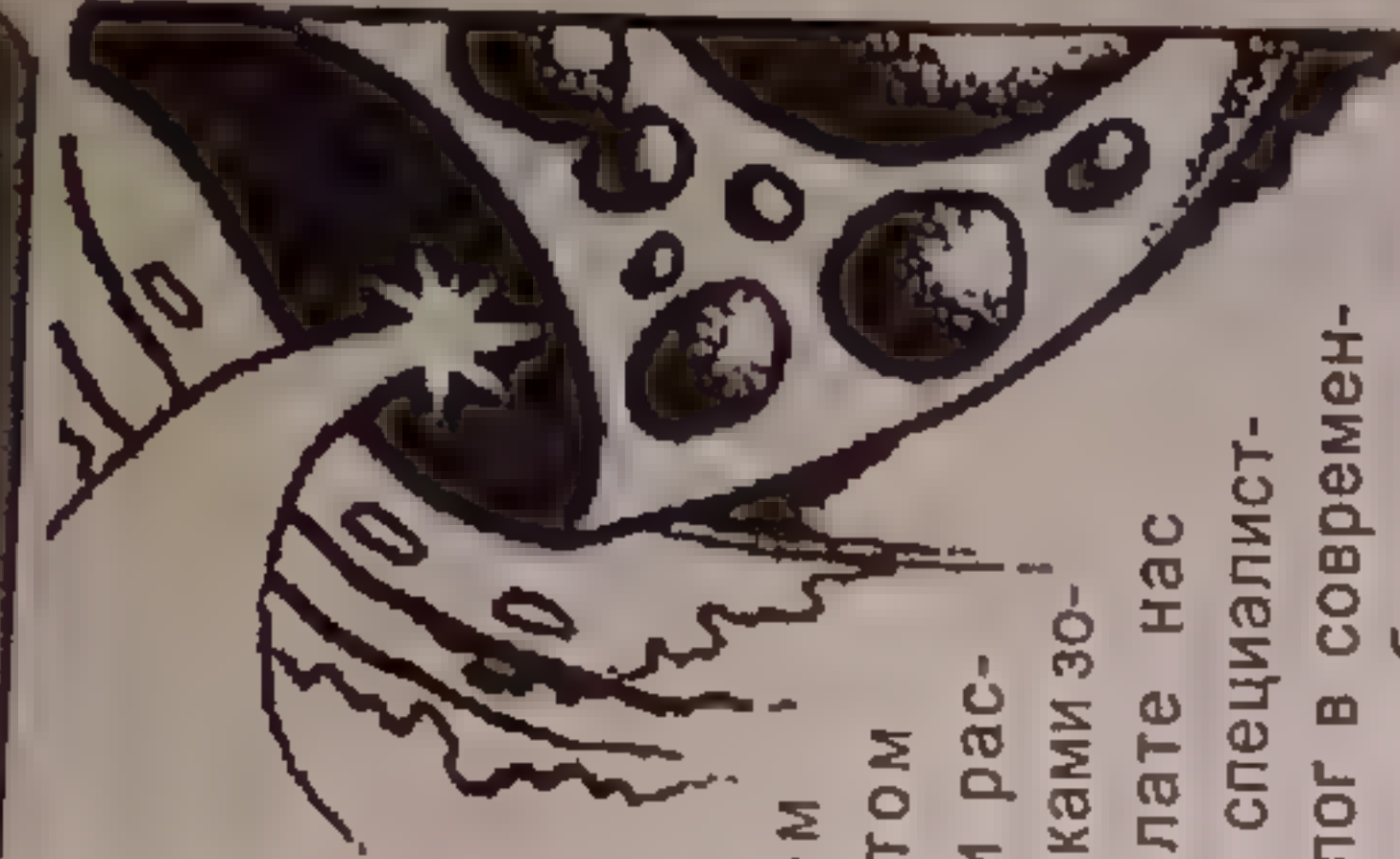
глядное. Однако верный спутник нашей планеты — отнюдь не единственное космическое тело, влияющее на живые организмы. Еще большее воздействие оказывают гравитационное и магнитные поля Солнца. Кстати, период его обращения вокруг своей оси почти равен лунному месяцу, и до конца не ясно, что же именно задает 28-дневный биоритм: Луна, Солнце или оба светила вместе? Даже пресловутое

«зловещее влияние кровавой планеты Марс» подлечит проверке и изучению. Ибо обнаружена такая сложная циркадная периодика, которую не объяснить влиянием только Луны и Солнца. Именно от нее зависят множество параметров, происходящих в организме физиологических процессов — изменение температуры тела, психическая возбудимость, активность секреторных органов. Словом, практически все функции организма зависят от сложной схемы биоритмов, запускаются и синхронизируются космическими воздействиями. Как мы уже знаем, даже на клеточном уровне. И не только. Молекулярный уровень также глубоко затронут движением космических тел. Макромолекулы белков, ДНК, другие «кирпичики» общего здания организма совершают периодические колебания, изменяют свой объем, химические связи и т.д. в зависимости от изменения геофизических и космических факторов.

«В последние годы в медицине активно формируется новое самостоятельное направление — хроноterapia, в основе которой лежит поиск оптимальных схем лечения, учитывающих суточную периодичность организма и его чувствительности к терапевтическим мероприятиям. Совершенно очевидно, что как лечебный (благоприятный), так и побочный (неблагоприятный) эффект любого медикамента определяется моментом его приема. Поэтому очень важно учитывать не только «что» и «как» нужно принимать при данном заболевании, но и «когда», то есть в какое время суток это следует делать, а когда не следует.

Так что — как видите — вовсе не из-за «мистики и суеверия», как принято думать, составляли врачи древности гороскопы больных, а если не умели сами, в особо важных случаях обращались к специалистам-астрологам. И смех, которым мы всего десятилетиями назад встречали подобные действия, в сущности, постыден. Это смеялось наше невежество.

Виолетта Городинская



Сегодня вмешаться в величественного себодорога в высоченном звездчатом колпаке и расшитом знаками зодиака халате нас встречает специалист-биоритмолог в современном одеянии и без головного убора. Вместо медной телескопической трубы астролога у него электронный микрокалькулятор, который в мгновение ока рассчитает все наши неблагоприятные дни на сотню, а если пожелаем, то и на тысячу лет вперед. Но как бы ни отличались люди и приборы тогда и теперь — суть их действий остается все той же.

Так новейшие исследования, углубившие наши знания о природе, вновь и вновь подтверждают правоту древних представлений. И если в каких-то частностях древние врачи и прочие целители естественной медицины были не правы, то их общий подход, как мы видим, вполне соответствует уровню современных научных представлений.

Сегодня, как и в древности, мы можем кратко резюмировать: человек, как и все живущие на Земле, — дитя четырех стихий. Его появление в Мире, во Вселенной — результат действий самых разнообразных сил Макрокосма, и сам он представляет собою Микрокосм. Со дня рождения человека и до самой смерти каждый день, каждый час, каждый миг Космос оказывает огромное, непосредственное влияние на его здоровье и самочувствие, на течение его болезни и выздоровление, словом, на всю его жизнь и деятельность.

Что такое истина? Соответствие наших суждений созданию природы

ЧЕЛОВЕК И ВСЕЛЕННАЯ

РАЗЛИЧНЫЕ ДРАГОЦЕННЫЕ КАМНИ - МИНЕРАЛЫ НЕ ОДИНАКОВО ВЛИЯЮТ НА ЧЕЛОВЕКА. ОДНИ ПРИНОСЯТ СЧАСТЬЕ ИЛИ КРАСОТУ, ДРУГИЕ ЗДОРОВЬЕ ИЛИ СИЛУ, А ТРЕТЬИ - УМ ИЛИ ЗНАНИЯ. ГОВОРЯТ, СУЩЕСТВУЮТ КАМНИ, ПРИНОСЯЩИЕ БОГАТСТВО, ОДНАКО ИХ ОБЫЧНО НИ КТО НЕ ПОКАЗЫВАЕТ. НО КАК ПРОИСХОДИТ ЭТО ВЛИЯНИЕ, КАКИМ ОБРАЗОМ? ЭТО МЫ И ПОПЫТАЕМСЯ РАССКАЗАТЬ.

Влияние драгоценных камней много раз описывалось ввиду их красоты. Однако, часто влияние самых невзрачных, порой вообще незамеченных природных камушков, бывает во много раз сильнее. Наверно многие из вас в детстве читали сказку про Золушку.

Так алмазы, рубины и сапфиры меньше помогают человеку, чем встречающиеся на терриконах породные камушки с глубин порядка 1000 метров и более. Например, обычный **ХАЛЬКОПИРИТ** латунно-жёлтого цвета обладает до уникальности много большим количеством полезных свойств и связей между Вселенной и человеком.

Минерал, как и любое вещество, состоящее из химических элементов, связан с окружающим миром электронами своих атомов и их полями. Но и ядро каждого атома, состоящее из нуклонов, своими пространственно-временными связями соединено со Вселенной.

Этот минерал стабилизирует скорость протекания времени вокруг себя и синхронизирует дискретность времени относительно дискретности пространства. Этим восстанавливается здоровье, душевное спокойствие у человека его носящего, и быстрее снимаются различного рода стрессы. Минерал притягивает 8 постоянных друзей для своего хозяина, которые ему подчиняются.



Влияние минералов на судьбу

Этот же халькопирит, в своём возбуждённом состоянии, окружён 6 бриллюэновскими частицами, чем вызывает притяжение мобильных друзей к хозяину, а также его общительность в обществе с такой же обдуманностью, как и невозбуждённый, но с большей расторопностью. Он наводит порядок в обществе, в котором находится его владелец. И после всего сказанного мы называем этот минерал породой и выбираем его в отвал.

В этой же группе халькопирита находится и минерал **ЭСКЕБОРНИТ**. Посредством колебаний физического вакуума вокруг себя очень сильно удерживает мужа и жену без какого-либо подчинения друг другу. Обеспечивает семейный принцип дополненности членов семьи друг другу в их делах и мыслях. Кроме того, он обеспечивает через безразмерное дискретное время наличие в семье двух детей - ни больше и не меньше. Он вынуждает семью идти в ногу со временем своей эпохи и её интересами. Этот минерал, как и преды-

дущий, восстанавливает душевное спокойствие у человека и снимает стрессы за счёт железа в него входящего.

Серьёзно влияют на человека через колебания физического вакуума минералы, содержащие барий. К ним относятся группы **АРАГОНИТА, БЁ-**

ДАНТИТА, КРИЧТОНИТА, БАРИТА и другие. Сам по себе химический элемент **БАРИЙ** уже является сильнейшим средством от сглаза и порчи, а некоторые из его химических соединений предохраняют от конкретных видов (способов) порчи. Барий настолько сильный элемент, что им даже покрывают стены рентген кабинетов от проникновения излучений.

Между тем далеко не все минералы этих групп устанавливают тот ритм жизни человеку, который задан ему самой природой при его сотворении. При общем рассмотрении вопроса к положительным действиям указанных и других групп минералов содержащих барий, выясняется, что они приносят человеку физическое и умственное здоровье, выносливость и стабильность, необходимую физическую реакцию, скорость мышления, ориентацию в пространстве, жизнь в ногу со своим временем.

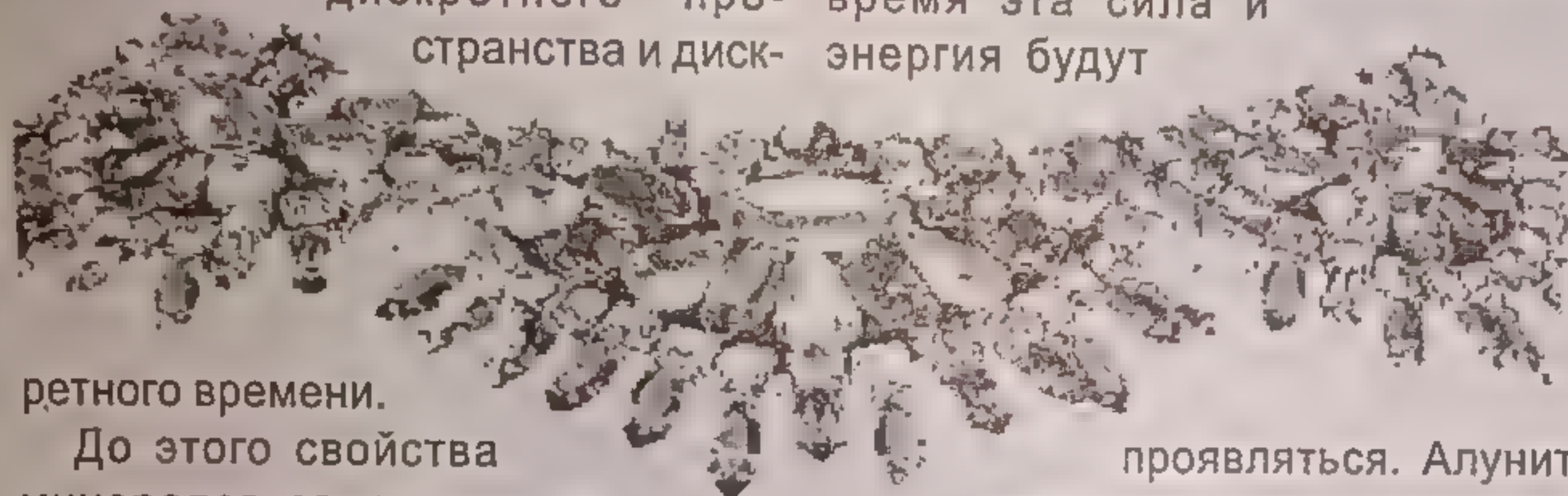
Но, кроме химического состава атомов, входящих в минерал, на судьбу человека влияет и изотопный

ЧЕЛОВЕК И ВСЕЛЕННАЯ

состав этих атомов. То есть, колебание количества нейтронов в ядрах даже одинаковых химических элементов, входящих в минерал, изменяет влияние всего минерала на человека. Поэтому два одинаковых минерала, взятых из разных месторождений, будут обладать различной силой действия. Наиболее сильным действием будут обладать минералы, в которые входят наиболее лёгкие изотопы химических элементов.

В этой статье впервые показано различные влияния на человека химических элементов, а также их соединений согласно самой современной науки - «конструкционной теории поля, вещества и информации», которая использует некоторые понятия

дискретного пространства и диск-



ретного времени.

До этого свойства минералов описывали на основании четырёх стихий - земли, воды, воздуха, огня, а иногда и пятой стихии Аристотеля - эфира. Разделение на пять стихий существует и в Фэн-шуй - дерево, огонь, земля, металл, вода. Влияние химических элементов и минералов и их свойств описывалось всевозможными видами магий и алхимией. Ряду камней приписывали не только магические и мистические силы и свойства, но и силы божественные, и связывали их могущество с различными планетами. Использовали их для получения оккультных и мистических знаний, а также и для совершения различных таинств и обрядов.

Многочисленна разрабатана целая система определения влияния каждого конкретного минерала на человека, которая основана на самых современных знаниях физики и проведённых в лабораториях подтверждающих экспериментах. Сегодня природных

минералов свыше 3780. Есть где погулять!

Эта же система определения влияний позволяет узнавать воздействие минералов и на ряд технологических процессов - плавки металлов, хранения скоропортящихся продуктов, сушки древесины, роста скота и злаковых культур, прочих процессов. Однако, сдвинуть с места Эйфелеву башню - не может.

АЛУНИТ обладает необычайной силой. Именно этот вид сил движет континенты, вращает звёзды и галактики. Источником его неукротимых сил является сила течения самого времени, которая формирует спино-вое вращение тел вокруг собственной оси. Пока будет существовать время эта сила и энергия будут

проявляться. Алунит заставляет человека неуто-

мимо совершать множество дел и регулярно демонстрировать их плоды, что медленно, но уверенно ведёт к перераспределению сил в обществе, с которым хозяин минерала общается, либо к перераспределению сфер экономического влияния, либо к кардинальному пересмотру владельцем минерала какой-либо из фундаментальных или прикладных наук. Он наделяет и семейный быт неукротимым темпераментом и соответствующей регулярной потенцией. Однако за такой загруженностью, человеку, в основном, некогда вспоминать дела давно минувших дней и выглядеть романтиком.

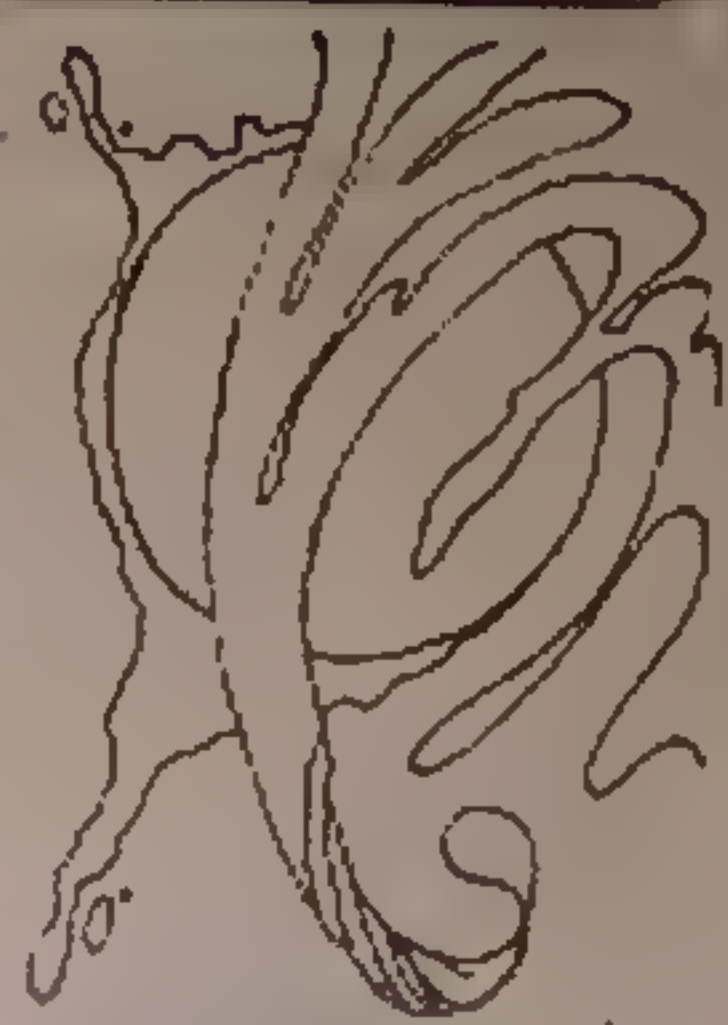
АЛЕКСАНДРИТ (хризоберилл) является не рекомендуемым камнем! Он действует на человека как лебедь, рак да щука. У него нет единства, а есть лишь одни сплошные внутренние противоречия, которые генетически заложены в нём самом.

Противоречия забирают внутреннюю энергию у минерала и отвлекают ум и мысли человека на решения посторонних вопросов. Около 42%

его энергии уходит безвозвратно, а 7% энергии уходит на решение информационных вопросов, связанных с планированием будущего с позиций руководителя. Следующие 7% его владелец теряет либо с собственным здоровьем, либо деньгами, либо с жизнью своих ближайших родственников. Хризоберилл является ущербным камнем по количеству протонов и нейтронов по отдельности и даже по их сумме, а также по количеству электронов. Ношение двух таких минералов уменьшает его пагубное действие вдвое, а ношение трёх увеличивает в 1,5 раза.

Совершенно уникальными, даже магическими свойствами обладают минералы, формула которых включает атомы с общей суммой электронов равной 4467 или 4465 и с общим количеством нуклонов равным соответственно 10782 или 10780. Однако назвать их минералами можно лишь условно, так как они имеют сложную симметричную макроструктуру. В ней даже глазом просматриваются звёздочки, окружённые кружками, которые расшифровываются даже правилами обычной магии (правда со своей колокольни). В моменты его возбуждения своим действием он почти эквивалентен совершенному магическому минералу, структурная формула которого содержит атомы с общим количеством нуклонов примерно равным 1347418 либо 2694837.

Физик-экспериментатор
Задыхайло Д. К.



Видеть и делать новое - очень большое удовольствие

ПОМОГИ СЕБЕ САМ

«ЛОЙФЕР ЛЕБЕН ЛЕНГЕР» — «ЛЫЖНИКИ ЖИВУТ ДОЛЬШЕ».
ЭТО ПОПУЛЯРНОЕ НЕМЕЦКОЕ ВЫРАЖЕНИЕ ПОКАЗЫВАЕТ, КАК ВЫСОКО МНОГИЕ ЛЮДИ ЦЕНЯТ ЭТОТ ЗИМНИЙ ВИД СПОРТА. В СТРАНАХ, ГДЕ ВЫПАДАЕТ МНОГО СНЕГА, ЗИМОЙ СЕЛЬСКАЯ МЕСТНОСТЬ ЧАСТО ПРЕВРАЩАЕТСЯ В ЦЕЛУЮ СЕТЬ ЛЫЖНЫХ ДОРОЖЕК. В НЕКОТОРЫХ СТРАНАХ МЕЖДУ ГОРОДАМИ И ДЕРЕВНЯМИ УСТАНАВЛИВАЮТ ЗНАКИ С УКАЗАТЕЛЯМИ РАССТОЯНИЯ И МНОГИЕ ДОРОГИ ОСВЕЩЕНЫ, ТАК ЧТО НА РАБОТУ И ОБРАТНО МОЖНО ЕЗДИТЬ НА ЛЫЖАХ ПО ОСВЕЩЕННОЙ ЛЫЖНЕ.

километров на поезде, а потом возвращаются домой на лыжах.

Как появились лыжи

Кому-то может казаться, что лыжи — изобретение недавнее, но это далеко не так. В 1927 году на норвежском острове Родей были найдены изображения на камне, выполненные тысячи лет назад. На одном из

Бросай курить.



о 1960-х годов лыжным спортом занималось довольно мало людей, но в последние годы популярность лыж возросла во многих странах мира. По некоторым подсчетам, в одной только Северной Америке лыжами увлекаются четыре миллиона человек! Чем лыжи привлекают людей? Тем, что стоят они недорого и кататься на них довольно легко, намного легче, чем на горных лыжах. Горнолыжнику нужно особое, дорогостоящее снаряжение и костюм. Нужно ехать на специально оборудованные горнолыжные базы, где часто приходится много платить за подъемник и подолгу стоять в очереди, чтобы воспользоваться им. Для катания на горных лыжах также нужна определенная физическая подготовка, которой нет у многих новичков. А на обычных лыжах может кататься практически каждый, независимо от возраста. Нужен лишь снег, небольшое обучение и сравнительно недорогие лыжи, лыжные ботинки и палки.

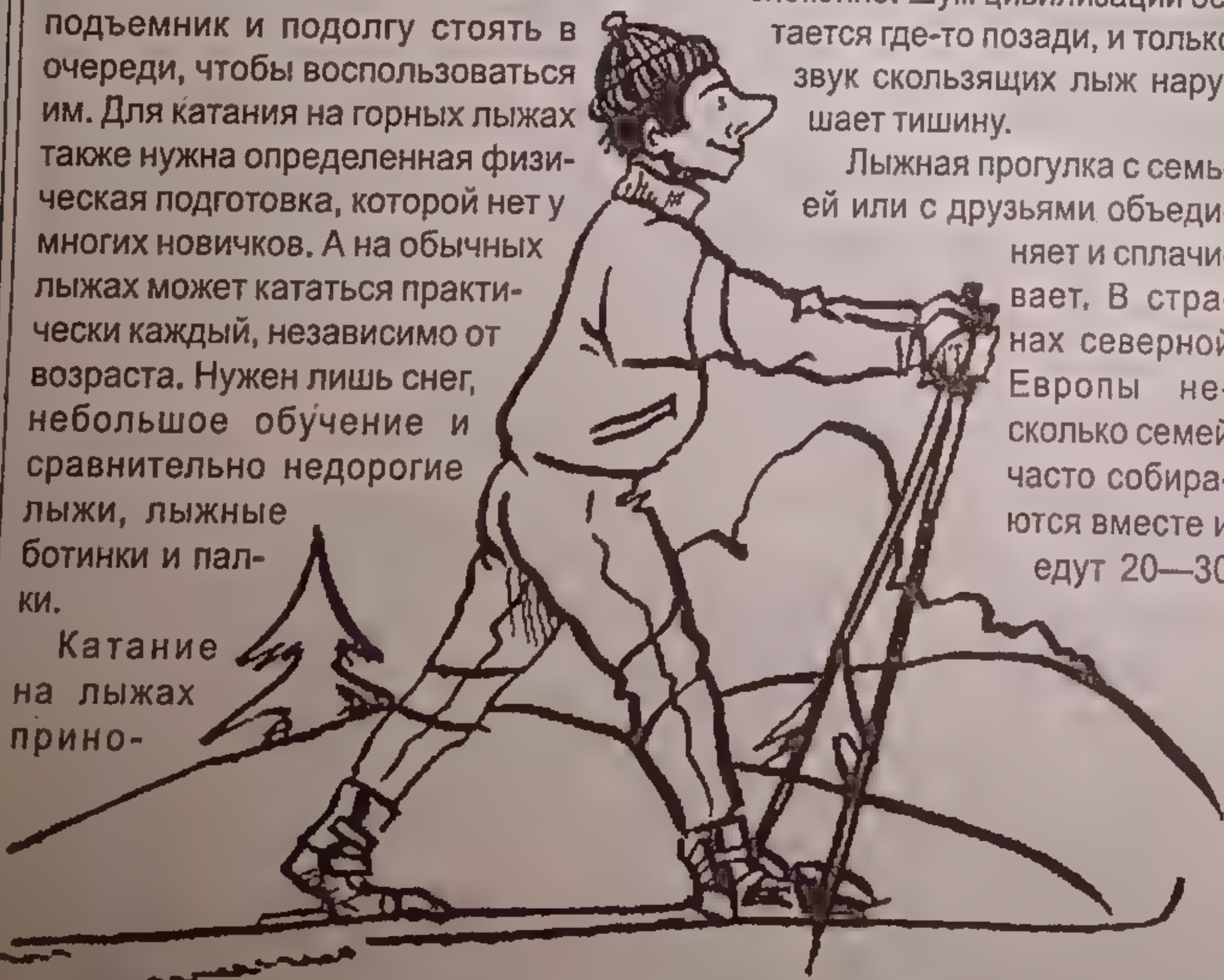
Катание на лыжах приносит

массу удовольствия. Лыжник может кататься везде, где захочет, — по полям, по замерзшим озерам и скованным льдом речкам, по тихим лесам и покрытым снегом долинам. Катание на лыжах настраивает на созерцание и размышление, и это поможет нам довериться Создателю и быть благодарными за его чудные дела. Сверкающий покров снега придает всей местности спокойствие и безмятежность. Земля словно обновилась и кажется чистой и нетронутой. Скользя по лесным дорожкам, видишь покрытые инеем деревья, и от этой картины на душе становится спокойно. Шум цивилизации остается где-то позади, и только звук скользящих лыж нарушает тишину.

Лыжная прогулка с семьей или с друзьями объединяет и сплачивает. В странах северной Европы несколько семей часто собираются вместе и едут 20—30

них был охотник в маске кролика. Судя по всему, он ехал на очень длинных лыжах. Не так давно в торфяниках Скандинавии были найдены сотни древних прекрасно сохранившихся лыж. Для первых скандинавов лыжи были основным средством передвижения во время долгих снежных зим. Лыжи играли настолько важную роль в их жизни, что они даже поклонялись богу и богине лыж! Во многих названиях городов и деревень Норвегии и Швеции сохранились отголоски этих давно ушедших в прошлое языческих верований. Интересно, что само название «Скандинавия», возможно, связано с именем богини лыжников, Скади.

Хотя лыжи веками играли важную роль в жизни скандинавов, мировую популярность они обрели лишь в XIX веке. К тому времени норвежцы усовершенствовали традиционные лыжи, улучшив их форму и заострив концы. Они также придумали систему крепления пятки и носка ремешками, такое устройство стало прототипом современных систем крепления. В Телемарке — гористой области центральной и южной Норвегии — вскоре стали проводить соревнования. Там проходила первая лыжная гонка на время, о которой сохранились письменные сведения. Дистанцию в 5 километров победитель прошел приблизительно за 30 минут. Вскоре после этого лыжные гонки стали популярными в странах северной



ПОМОГИ СЕБЕ САМ

Европы, но остальная часть мира познакомилась с лыжами благодаря другому событию.

В 1888 году норвежский путешественник Фритъоф Нансен возглавил экспедицию, которая на лыжах пересекла Гренландию. Впоследствии он написал об этом книгу, которую в 1891 году перевели на английский, французский и немецкий языки. Рассказ об этом трудном переходе через арктическую пустыню

Спортивные врачи часто советуют кататься на лыжах тем, кто получил травму при занятиях бегом или велоспортом. Лыжи — один из немногих видов спорта, при котором задействуются все группы мышц, так что лыжник получает комплексную тренировку. Такая тренировка очень полезна для сердца и легких, и у тех, кто часто катается на лыжах, давление и пульс ниже, чем у физически неактивных людей. Лыжников счита-

очень быстро, и поэтому они больше подвержены обморожениям.

Еще одно занятие для зимы

«Если вы можете ходить, то вы можете и кататься на лыжах». Эту фразу часто повторяют лыжники, потому что движения при катании на лыжах очень похожи на движения при ходьбе. Хотя это так, большинству из нас не поме-

ВСТАВАЙ НА ЛЫЖИ!

поразил воображение многих читателей времен королевы Виктории. Он пробудил в романтиках жажду к завоеваниям неведомых земель.

В 1960-е годы повсюду начали устраивать семейные лыжные походы. Стало появляться много лыжных центров. Предприниматели быстро отреагировали на возникшие потребности и стали выпускать новое, современное снаряжение. У лыжников появилась своя мода, что придало этому виду спорта свой шик. Учитывая интерес населения к катанию на лыжах, многие городские власти с рвением взялись за обустройство любых подходящих для этого участков, в том числе площадок для гольфа и городских парков.

Полезно для здоровья

Лыжи считаются одним из самых безопасных и популярных видов спорта. Хотя падения иногда приводят к незначительным растяжениям связок, серьезные повреждения случаются редко, и обычно это происходит, когда лыжник отваживается съезжать с крутых склонов или кататься в лесной глуши.

Поскольку движения при катании на лыжах плавные и ритмичные, мышцы и суставы не перенапрягаются и не травмируются от сотрясений.

ют самыми тренированными спортсменами в мире.

Поскольку при катании на лыжах риск получить травму невелик, а движения плавны и динамичны, этот вид спорта прекрасно подходит для людей в возрасте. В некоторых странах северной Европы очень часто можно увидеть пожилых людей, катающихся на лыжах.

При катании на лыжах организм хорошо разогревается, поэтому лыжник чувствует себя комфортно даже в сравнительно холодную погоду. В самые морозные дни профессиональные лыжники катаются в тонком комбинезоне, часто без перчаток. Однако непрофессионалам следует защищать руки и ноги от холода. Опытные любители зимних видов спорта обычно надевают на себя несколько ве-

щей, начиная с шерстяного или синтетического белья и заканчивая какой-нибудь непромокаемой и непродуваемой верхней одеждой. Это позволяет им регулировать температуру тела и чувствовать себя удобно. При необходимости они могут что-то снять или надеть. Разумные родители заботятся о том, чтобы правильно одевать своих детей, так как организм ребенка охлаждается намного быстрее, чем организм взрослого. Кожа детей отдает тепло

шало бы часок-другой поучиться у опытного инструктора. В лыжных центрах проводят частные и групповые занятия, и за короткое время новичок может освоить азы катания на лыжах: как скользить



по ровной поверхности, как подниматься на гору и спускаться с нее и, конечно же, как тормозить. Овладев этими основными приемами, большинство людей готово к лыжным походам.

«Ничто так не укрепляет мышцы и не делает тело сильным и гибким», — сказал Фритъоф Нансен о катании на лыжах еще в 1890 году. Возможно, вам тоже понравится этот вид спорта. Он может стать еще одним занятием для зимы, гораздо лучшим, чем курение

Лучшие законы рождаются из обычаев

Массаж с маслом с головы до ног

САМОМАССАЖ ДЛЯ УХОДА ЗА ТЕЛОМ ЯВЛЯЕТСЯ ЧАСТЬЮ ОБЫЧНЫХ ЕЖЕДНЕВНЫХ ПРОЦЕДУР И ДОЛЖЕН ПРОДОЛЖАТЬСЯ ОКОЛО 10 МИНУТ УТРОМ ПЕРЕД ПРИНЯТИЕМ ВАННЫ ИЛИ ДУША. ОН ВКЛЮЧАЕТСЯ В ЕЖЕДНЕВНУЮ ПРОГРАММУ ДЛЯ ВСЕХ ТИПОВ КОНСТРУКЦИИ — НО ОСОБЕННО ЦЕННО ЕГО ПРИМЕНЕНИЕ ДЛЯ ТИПА «ВАТА».

(Продолжение.
Начало в № 2)

□ Сядьте на табуретку или на пол, подложите коврик для ванны или ванное полотенце.

□ Сначала смажьте себя маслом от головы до ног. При этом масло уже в значительной части впитается в кожу, еще до того, как вы начнете массаж.

□ После того, как вы смазали маслом все части тела, начинайте медленный массаж с кожи головы. Для этого положите пальцы на голову и делайте движения как при мытье волос. Массируйте медленно и тщательно от переднего края волос, затем виски и боковые участки, затем назад к затылку.

□ Теперь возьмите мочки ушей

между большим и указательным пальцами и погладите их большими пальцами вверх и вниз.

□ Положите пальцы на лоб так, чтобы кон-

чики пальцев попали на середину лба. Проведите пальцами с легким нажатием налево и направо до висков, и закончите круговыми дви-

жениями на висках.

□ Опустите пальцы на щеки и вращайте ими до подбородка. Здесь совершайте поперечные движения, как на лбу. Затем положите оба указательных пальца слева и справа сбоку на нос и нежно, но тщательно, массируйте его вверх и вниз.

□ Теперь проводится массаж затылка и шеи: для этого положите обе руки слева и справа на плечи и поглаживайте с некоторым давлением по направлению к началу волос вверх и вниз. На передней части шеи выполняйте только нежные поглаживающие движения, причем обеими руками поочередно снизу на уровне ключиц и вверх по

левое плечо. Начинайте у плечевого сустава и совершайте небольшие круговые движения по коже. Затем втирайте масло в плечо движениями вверх и вниз. У локтевого сгиба снова совершайте круги, а затем снова делайте поглаживающие движения по предплечью. После того, как вы провели круговой массаж на



ТАКОЙ МАССАЖ С МАСЛОМ ОТ ГОЛОВЫ ДО НОГ, КАК ПРАВИЛО, ВЫ НЕ СМОЖЕТЕ ПРОВОДИТЬ ЕЖЕДНЕВНО И ПОЛНОСТЬЮ. НАПРОТИВ, СВОБОДНЫЙ ОТ РАБОТЫ КОНЕЦ НЕДЕЛИ ЛУЧШЕ ПОДХОДИТ ДЛЯ ИНТЕНСИВНОГО МАССАЖА ВСЕГО ТЕЛА. ТЕМ НЕ МЕНЕЕ, ВЫ ДОЛЖНЫ ПЕРЕД КАЖДЫМ ПРИЕМОМ ДУША ИЛИ ВАННЫ СМАЗЫВАТЬ МАСЛОМ КОЖУ СВЕРХУ ДОНИЗУ, ХОТЯ УТРОМ ЭТО ДОЛЖНО ДЕЛАТЬСЯ ЧАЩЕ ВСЕГО БЫСТРО.

УХОД ЗА ТЕЛОМ

ВО ВРЕМЯ ПЕРВЫХ ТРЕХ ДНЕЙ СВОЕГО МЕНСТРУАЛЬНОГО ПЕРИОДА ЖЕНЩИНЫ НЕ ДОЛЖНЫ ПРОВОДИТЬ МАСЛЯНЫЙ МАССАЖ. ЕСЛИ У ЧУВСТВИТЕЛЬНЫХ ЛЮДЕЙ РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО ВЫЗЫВАЕТ РАЗДРАЖЕНИЕ КОЖИ, ТО НУЖНО ПРИМЕНЯТЬ МАСЛО ДРУГОГО СОРТА, НАПРИМЕР, ОЛИВКОВОЕ, КОКОСОВОЕ ИЛИ МИНДАЛЬНОЕ.

кистевом суставе, возьмите каждый палец по отдельности и осторожно поглаживайте его до ногтей.

□ Нежно массируйте грудь круговыми движениями, причем женщины массируют кожу вокруг груди. На грудной клетке совершайте движения вверх и вниз.

□ Затем положите правую кисть руки плашмя на живот, а левую руку сбоку. Теперь выполняйте правой рукой круговые движения по часовой стрелке. Массируйте по большой площади кистью руки круговыми движениями по животу. Затем вы должны остановить свою правую руку и проводить

круговые движения левой рукой.

□ После этого следует массаж спины и ягодиц, причем самомассаж возможен только на нижнем участке спины. Сначала встаньте, положите кисти рук на нижнюю часть спины. Приложите некоторое давление кистями рук и поглаживайте ими вверх и вниз. Такими же движениями помассируйте ягодицы.

□ Для последующего массажа ног вы можете снова сесть. Теперь продолжайте массаж ног, как это

было сделано на руках. Массируйте сначала правую, а затем левую ногу. На голеностопных и коленных суставах выполняйте круговые движения, поглаживая мышечную ткань голени и бедра с некоторым нажатием вверх и вниз.

□ Затем тщательно займитесь своими ступнями, поскольку они играют несущую роль в вашей жизни. Кроме того, на ступне находятся

Ведите массаж не кончиками пальцев, а равномерно надавливайте всей поверхностью пальцев или ладоней.

важные рефлекторные точки, которые стимулируются массажем. Начните с правой ступни. Положите руку на верхнюю часть стопы, а дру-

гую - на подошвы. Затем нежно поглаживайте кожу, начиная от кончиков пальцев, вверх до голеностопного сустава. Оттуда дайте снова соскользнуть своим кистям вниз. Теперь наложите большие пальцы обеих рук рядом в области пяток на подошвы. Приложите некоторое давление на свои большие пальцы рук и погладьте кожу от пятки по направлению к пальцам на ногах. После этого дайте снова соскользнуть обоим большим пальцам с легким давлением обратно. Теперь подприте стопу одной рукой и массируйте каждый палец на ноге по отдельности, легкими поглаживающими движениями от сустава вверх к концу пальца.

Сухой массаж

Совсем иначе, чем масляный массаж, проводится обработка всего тела в перчатках из сырого шелка (шелка буретта). При сухом массаже цикл кровообращения и обмен веществ интенсивно стимулируются. Поэтому он особенно подходит для людей, имеющих слишком много (шлаков), от которой организм нужно очистить. Также если у вас есть чувство, что ваше тело нуждается в интенсивном стимулировании, например, во время курса по избавлению от шлаков весной, вы должны предпочесть массаж в перчатках.

Порядок подхода при этом будет такой же, как при массаже с маслом. Сухой массаж следует также делать утром после вставания, примерно в течение 3 — 4 минут. Затем аюрведа рекомендует принять 10-минутную ванну всего тела, чтобы поддержать вымывание шлаков и ядовитых веществ.

Карин Шутт

(Продолжение следует)

Лишь одна красота нас покоряет силой

Быстрое чтение



Дыло бы громадным психическим напряжением постараться узнать мнение автора таким способом, не дав ему самому возможности высказать его. Ну а что стало бы с литературой, красотой ее слога и мастерством слова, если бы мы все так поступали? Кроме описанного выше способа, советуют также читать короткими фразами, ограничивая число видимых глазом слов таким пределом. Чтение при этом несколько напоминает скачки с препятствиями. Другой преподаватель скорочтения советует задерживаться на каждом слове на своем пути до тех пор, пока вы четко не уясните его смысл. Это наихудшая форма пристального смотрения. Ни один из этих методов не позволит ускорить чтение.

Любое ограничение глаз или вмешательство сознания в процесс чтения ухудшает зрение. Глаза — это неуправляемые органы, жаждущие видения. Они должны функционировать без сознательного управления так, как функционирует сердце. Всякий раз, когда мы стараемся управлять ими или ограничить в чем-то их свободу, появляется громадное напряжение не только глаз, но и психики. Представьте, какое усилие должен прикладывать мозг,

находясь в полной неизвестности и стараясь узнать

мысль автора лишь из слов, расположенных по центру страницы. Ограничение глаз отдельными фразами опять-таки приводит к попытке обуздания от природы быстро движущихся органов, мешая их функционированию. Это, в свою очередь, приводит к напряжению. Нервы сетчатки нормального глаза двигаются 70 раз в секунду или быстрее. Вы тоже можете научиться позволять своим глазам быстро двигаться. Они хотят этого. Они ждут зрения с нетерпением.

Вы медленно читаете или, хуже того, что называется «совсем не читатель?» Многие люди приходят в нашу Школу тренировки глаз, жалуясь на то, что они так медленно читают, что несколько абзацев текста изматывают их, и они никак не могут уловить смысла прочитанного. Эти люди и рады бы полюбить чтение, но чувствуют, что сделать это выше их сил. «Я достаточно хорошо вижу все слова, настолько, насколько позволяет мне мое зрение, но каждый раз при чтении со мной происходит одно и то же несчастье — я не помню, что же я читал», — жалуются они.

Медленное чтение вызвано пристальным смотрением — сплошным чтением всего, что расположено в

МНОГО ЧЕГО ЕСТЬ НА СВЕТЕ, ЧТО СТОИТ ПОЧИТАТЬ. ОГРОМНЫЙ, ИНТЕРЕСНЕЙШИЙ МИР ОТКРЫТ ЧИТАТЕЛЮ. НО ЕСЛИ ВАШИ ГЛАЗА ДВИГАЮТСЯ ПО СТРАНИЦЕ МЕДЛЕННО, А МОЗГ НЕ СПОСОБЕН ВОСПРИЯТЬ И ИНТЕРПРЕТИРОВАТЬ ВИДИМОЕ, ТО 20—30 ПОТРАЧЕННЫХ МИНУТ НЕ ЖАЛКО ДЛЯ САМОСОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ В ЭТОМ ДЕЛЕ. ДЛЯ МЕДЛЕННО ЧИТАЮЩИХ БЫЛО ДАНО МНОЖЕСТВО СОВЕТОВ. ОДИН МЕТОД СОВЕТУЕТ: «БЕГЛО ПРОБЕГАЙТЕ ГЛАЗАМИ СТРАНИЦЫ ПО ИХ СЕРЕДИНЕ И УЛАВЛИВАЙТЕ ОСНОВНУЮ СУТЬ МЫСЛЕЙ АВТОРА».

строке. Такие глаза не знают как перемещаться и стараются буквально стереть, будто кляксу, взглядом каждое слово, что попадает им на пути. Эта система очень похожа на встречающийся у детей тип пристального смотрения. Такое сплошное чтение представляет собой столь сильное напряжение для глаз, что выводит их из фокуса и они начинают перескакивать через слова и даже целые строки. Именно пристальное разглядывание является причиной слабого зрения, поэтому первым делом мы должны научить такие глаза перемещаться, ускорить чтение ими текста. Для того, чтобы добиться этого, вернитесь к методу и советам для носящих бифокальные очки. Часто мы обнаруживаем, что хотя такие люди и учились в школе читать, у них нет и малейшего представления о том, как выглядят буквы мелкого шрифта. Кроме того, плохо читающих никогда не учили применению фонетических методов при обучении чтению или разделению слогов. Если у вас есть подобные затруднения с чтением, вам можно помочь.

1. Прежде всего, необходимо научить тело и глаза расслабляться, как это описывалось ранее

ПОМОГИ СЕБЕ САМ

2. После этого нужно научить расслабляться психику, используя воспоминание. Поскольку в данном случае придется сталкиваться с набором строчных букв, то для этой цели можно использовать мысленное представление каждой буквы из таблицы d e b c o. Помогает этому также «письмо носом» каждой буквы во время пальминга. Посмотрите на какую-нибудь строку, закройте глаза и «напишите ее носом» по памяти.

3. Теперь необходимо научить глаза перемещаться, вместо того, чтобы «липнуть» к отдельным словам. Обратитесь к упражнениям в уроках чтения. Относитесь ли вы к тем людям, что любят работать с каким-нибудь приспособлением? Тогда сделайте себе приспособление, которое назовем перемещателем. Возьмите палочку длиной в 40 см и коробочку серебристых чертежных кнопок. Воткните кнопки в палочку на расстоянии 1, 20 см друг от друга. Теперь поставьте эту палочку перед своими глазами и начните плавно двигать носом взад-вперед вдоль ряда серебристых кнопок. Закройте глаза и продолжайте это делать. Потом вновь откройте глаза, и эти серебристые пятнышки в самом деле будут двигаться взад-перед. Затем для развития способности к вертикальному перемещению поставьте палочку вертикально и перемещайтесь по ней вверх-вниз.

4. Теперь и психика и глаза подготовлены для ускорения темпа чтения, что означает обучение их манере придерживаться белого фона между строками, вместо самих слов

а) Переверните тренировочную таблицу вверх ногами и поднесите ее настолько близко к глазам, чтобы им надо было сделать усилие, чтобы увидеть буквы. Легко скользите своим взглядом и вниманием по белым полоскам между строками от одного поля таблицы к другому. Шрифт будет казаться движущимся в направлении противоположном движению вашей головы. Теперь вы знаете, как выглядят белые промежутки между строками. Переверните таблицу в правильное положение, закройте глаза и попытайтесь вспомнить эти промежутки совершенно бе-

лыми.

б) Откройте глаза и легко скользите своим взглядом и вниманием по самому верхнему краю своей таблицы с медленным коротким раскачиванием полотно таблицы. Вскоре вы должны увидеть на верхней кромке слабое свечение, напоминающее белое неоновое свечение — слабый отблеск света, делающий эту кромку белее, чем остальная часть таблицы. Когда это произойдет, быстро спуститесь под первую строку шрифта, захватив с собой белое свечение, чтобы светить под черным основанием букв на ней. Спускайтесь, читая, вниз так далеко и так быстро, как это вы можете, независимо от того, идет ли свечение с вами или нет. По крайней мере, появится ощущение, что глаза останавливаются на белом фоне, а не скачут по словам. По мере тренировки вы сможете иногда испытать ощущение переноса свечения с верхней кромки таблицы вниз под все ее строки. Когда это произойдет, вы сможете читать четко и с большой скоростью, с такой большой, что на первых порах психике придется ускорять свою работу, чтобы поспеть за глазами.

Пользуйтесь этой увеличенной скоростью, даже если вы не понимаете или не запоминаете того, что вы читаете. В данном случае вашей целью является восстановление хорошего функционирования ваших глаз. В качестве эксперимента прочитайте снова то, что вы только что прочитали, и, если контекст не был слишком сложен, весьма вероятно, окажется, что вы еще в первый раз ухватили содержание текста. Вы только думаете, не ухватили, поскольку привыкли к слишком медленному чтению. Помните, вам не удастся сразу же воспользоваться белой полоской. Это награда, которую дает Природа за подчинение ее закону.

Всякий раз, когда вы приступаете к чтению, начинайте с достижения на верхней кромке текста неоновидного свечения, затем, спускаясь вниз под строки, вспоминайте его. В один прекрасный день вы добьетесь успеха.

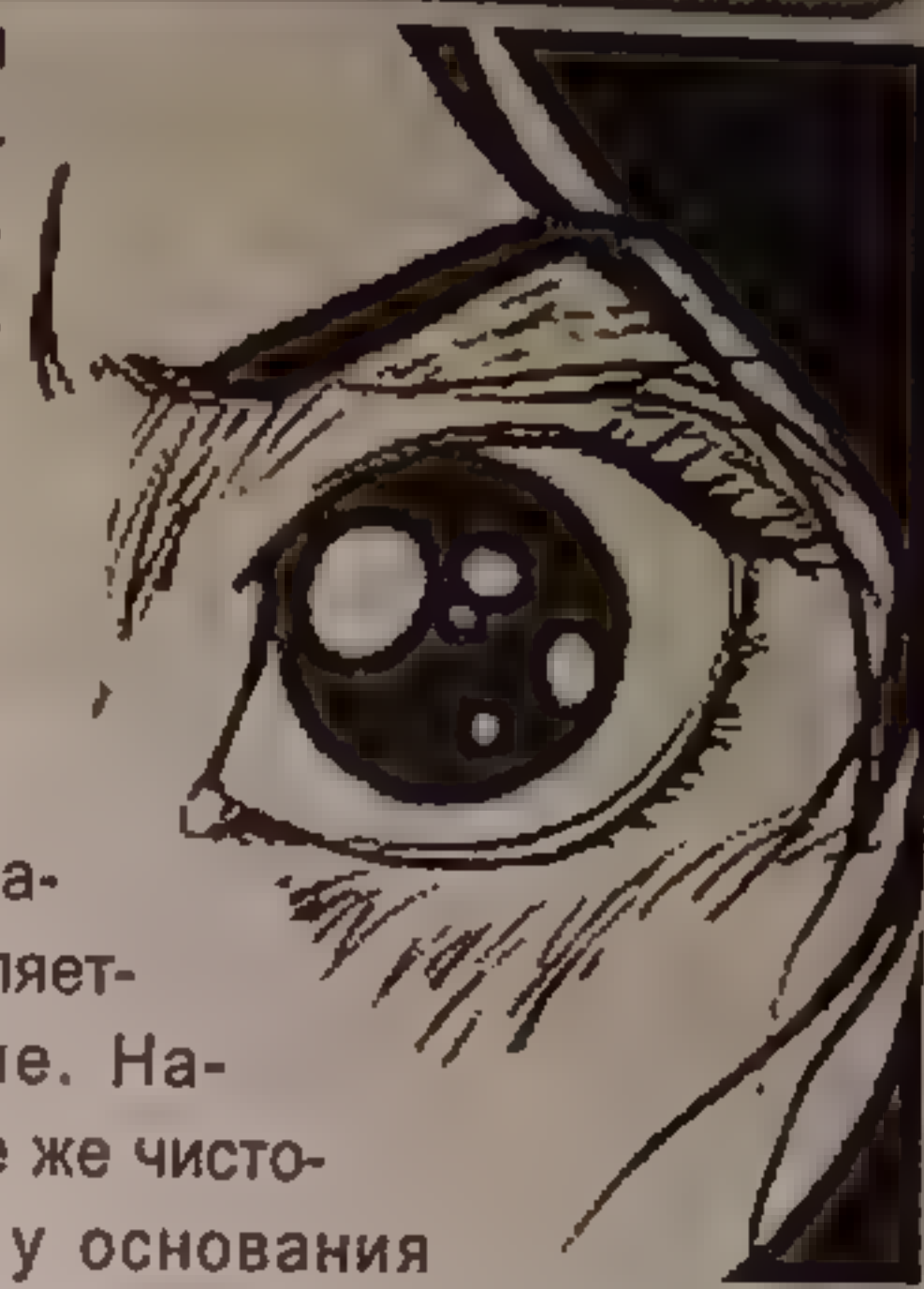
Причиной использования белых промежутков является то, что психическое напряжение мешает четкому чтению.

Когда вы пытаетесь интерпретировать печатные знаки, которые что-то значат, появляется усилие. Наблюдение же чистого фона у основания этих букв не влечет за собой никакого усилия. Когда глаза смотрят без усилия, они, расслабляясь, устраняют напряжение. В результате к человеку возвращается зрение.

Зрение становится гораздо четче при ярком освещении. Точкой резчайшего контраста является место, где чернота шрифта встречается с белизной бумаги. После расслабления глаз именно по этому месту должен двигаться центр зрения глаза. Тогда fovea (ямка), этот охотник за светом, будет двигаться с колоссальной скоростью над, вокруг и по всем буквам, вытравливая их в резчайшем контрасте в мозгу для последующей интерпретации. Когда вы полностью расслабитесь и отдадитесь скорости естественно функционирующего глаза, появится белая полоска, которая будет нести вас вдоль строк, если, конечно, вы не будете этому препятствовать.

Упорные занятия постепенно дадут вам возможность переносить неоновидное свечение с верхней части страницы до самого низа текста. Но, даже если вам не удастся достичь под данной строкой свечения, подобного тому, что вы достигли в верхней части таблицы, воспоминание этого свечения и его поиск дадут вам возможность более легко придерживаться белых промежутков под строками для увеличения скорости своего чтения. Однажды увиденная тонкая белая полосочка делает достаточным в последующем использование ее воспоминания и мысленного представления.

М. Д. Корбетт
(Продолжение следует)



Человек не ценит того, что у него есть

СЕЙЧАС В МИРЕ, НАВЕРНОЕ, УЖЕ НЕВОЗМОЖНО И СОСЧИТАТЬ КОЛИЧЕСТВО ЛЮДЕЙ С ПЕРЕСАЖЕННЫМИ ОРГАНАМИ. ПЕРЕСАЖИВАЮТ ПРАКТИЧЕСКИ ВСЕ — КОЖУ, ПОЧКИ, СЕРДЦЕ. ПОКА ЕЩЕ НЕ ДОБРАЛИСЬ ТОЛЬКО ДО ГОЛОВНОГО МОЗГА, НО И ЭТА ПРОБЛЕМА УЖЕ ОБСУЖДАЕТСЯ ЛЕТ СТО.

родины.

Очевидно, вы подумали, что дальше мы будем говорить о проблеме совместимости донорских органов и реципиента? Вовсе нет! Индивидуальные различия между людьми и их тканями действительно существуют.

Трансплантация органов

Начинали, естественно, с пересадки того, что проще — почек, сердца, кожи. Технические аспекты этих операций давно отработаны до тонкостей, но возникли совершенно другие проблемы, о которых трансплантологи поначалу как-то и не задумывались.

Все люди принадлежат к единому человеческому роду, однако ни один человек не имеет себе подобного. У каждого из нас свой облик, свои отпечатки пальцев, свои особенности формулы крови, характеристики структуры тканей, свои врожденные предрасположения и наклонности.

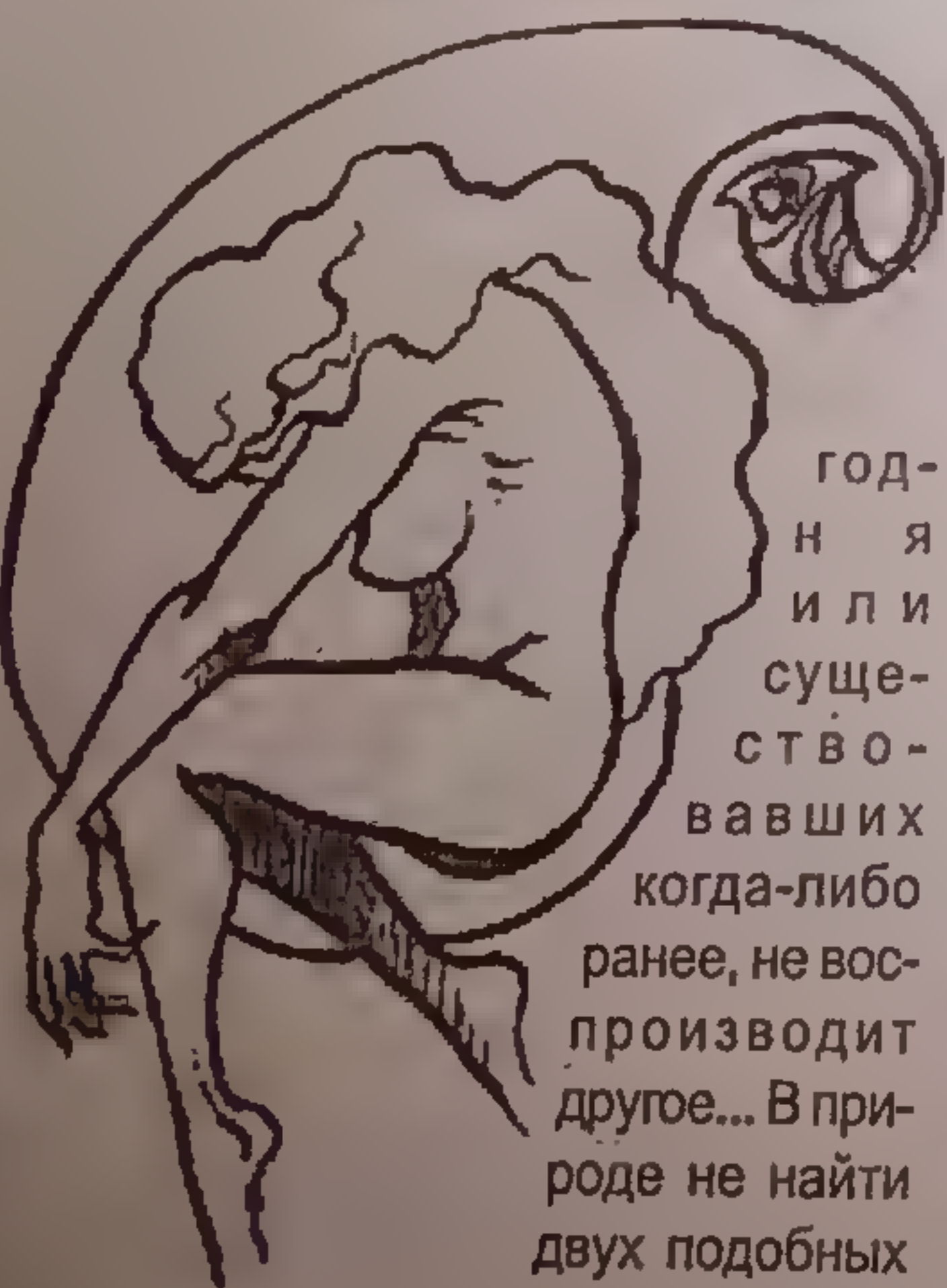
Писатель Франсуа Мориак в одной из книг рассказывает о вызывающем у него изумление разнообразии человеческих лиц: «Чудо, которое мы уже не замечаем из-за того, что ни одно из человеческих лиц, существующих се-

лиц. Среди миллиардов когда-либо живших на Земле нет лица, которое в точности воспроизводит какое-либо другое. Человек выпускается в единственном экземпляре, который больше никогда не воссоздается».

Восхищение писателя проверили математики, и вот результат их вычислений. Исходя из потенциального различия осуществляемых в мире наследственных комбинаций и из простого подсчета этих возможностей, можно утверждать, что *на Земле никогда не существовало двух полностью идентичных индивидуумов*. Вам мало? Тогда второе утверждение, точнее сказать, вычисление. *В течение триллионов лет две полностью идентичные личности никогда не появятся*. Даже близнецы, претендующие на звание «исключение из правил», всего лишь *почти идентичны*.

Вследствие этой индивидуальной единственности человека трансплантация очень долго топталась на месте. И все потому, что организм каждого человека уникален, для него становится просто невыносимым присутствие органа другого человека.

Поль Берт, один из зачинателей пересадок органов у животных, называл подобную нетерпимость «защитой органической родины». Что же. На наш взгляд аналогия вполне уместна. Эта «родина» хороша, но негостеприимна. У нее есть своя очень бдительная «полиция», быстро отыскивающая и беспощадно удаляющая чужаков. И, как часто бывает, действия полиции не всегда соответствуют нуждам и интересам государства.



Однако проблемой тканевой совместимости давно и серьезно занимаются, так что скоро тут, возможно, вообще говорить будет не о чем. Вот, например, всем хорошо известно о переливании крови. А ведь это тоже операция трансплантации тканей из одного организма в другой! Кровь-то ведь не жидкость вроде бензина. Кровь — это очень сложная ткань. Да, она жидкая, но все-таки ткань! Такая же, как кожа или мышца.

Первые опыты по переливанию крови делались очень давно, когда о группах крови никто и представления не имел. И были они, мягко говоря, не всегда успешными. Но как только разобрались с группами, то все встало на свои места. Сегодня переливание крови — обычное дело, в подавляющем большинстве случаев не вызывающее особых сложностей. Скорее всего, так же будет и с подбором трансплантируемых органов. Точнее сказать, так оно уже и есть, критерии оценки совместимости разработаны и совершенствуются.

Давайте поговорим о другом. Представим себе, что вопрос об индиви-

КОНСУЛЬТАЦИИ СПЕЦИАЛИСТА

дуальной тканевой совместимости, наконец, снят. И что же? «Все хорошо, прекрасная маркиза?»

Если бы так!

Ответьте, пожалуйста, *останется ли человек, носящий в себе чужой орган, таким же, каким он*

тельных результатов. Но во всех других случаях получается полная ерунда — связь между головным мозгом донора и спинным мозгом субъекта, которому пересаживается этот головной мозг, не восстанавливается никогда!

же, с юридической точки зрения, кем считать полученного методом сложения человека — Полем или Жаком? А если в тело Жака поместят электронный мозг, будет ли это вообще человек? А как же душа? Или...

Вот видите, сколько вопросов, на

— и куда же дальше

был до трансплантации или это будет совсем другой человек? Зря вы улыбаетесь. На эту тему еще никто не дал однозначного ответа.

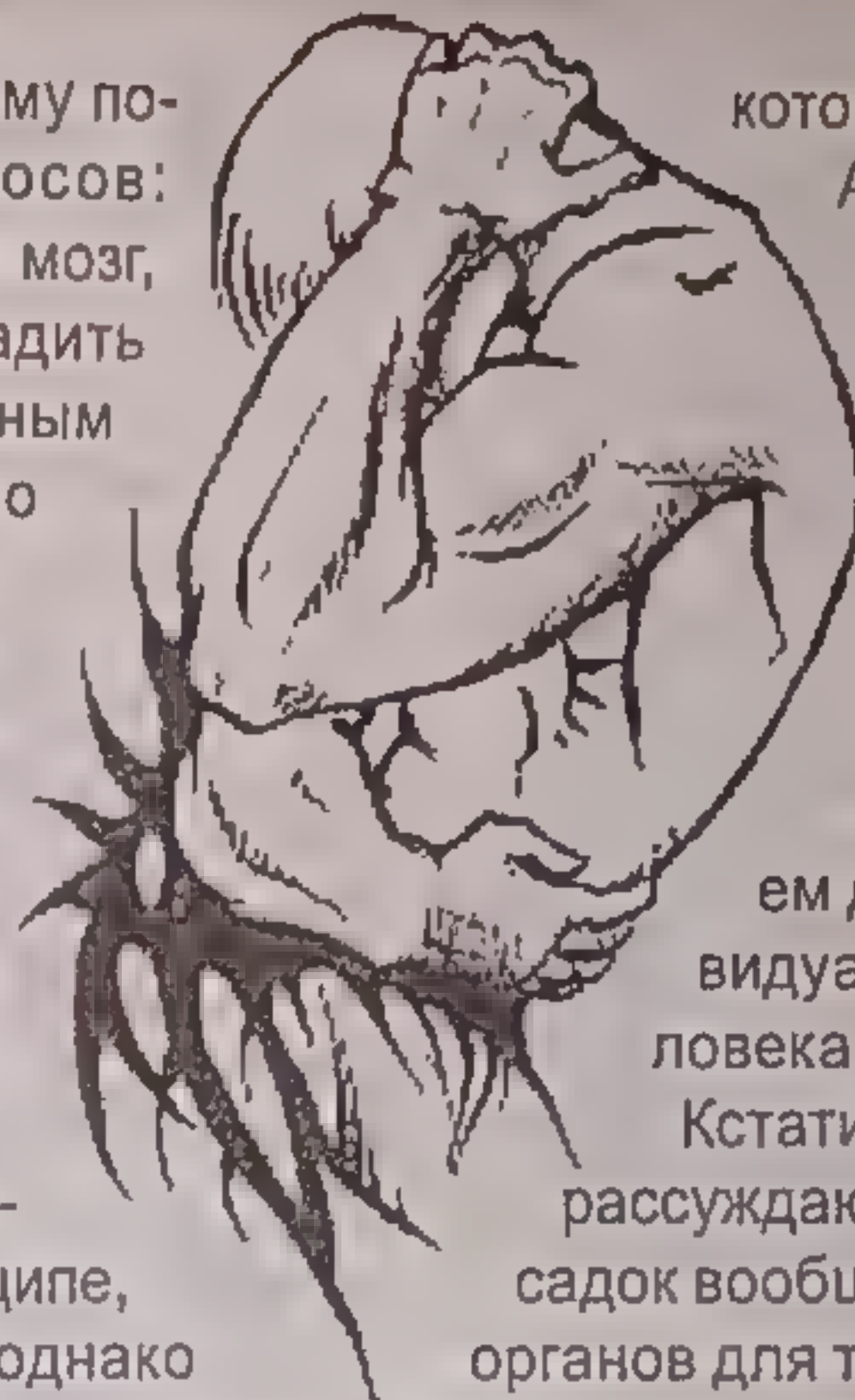
Вот вам пример. Крайне умственно отсталому мальчику произведена трансплантация щитовидной железы. До операции он был дурак дураком, а после операции стал практически нормальным, смог учиться в школе, сдал экзамены. С одной стороны можно сказать, что чужая щитовидная железа изменила его индивидуальность. С другой же стороны совершенно так же можно утверждать, что его собственная индивидуальность смогла расцвести благодаря пересадке. И какая сторона, по-вашему, права? Не забудьте еще и про вмешательство в ход истории. Ведь у дурака была одна судьба, умный же имеет другую, хотя вроде бы с юридической точки зрения — человек один и тот же. Ну что, перестали улыбаться? Нет?

Тогда подойдем поближе к пересадке головного мозга. Эту операцию нельзя совершить не из-за технических трудностей, а из-за свойств нервной ткани восстанавливаться. Ну не желают нервные клетки соединяться и устанавливать новую связь между собой! В одном организме поврежденные крупные периферические нервы еще удастся сшить, в ряде случаев даже и чувствительность восстанавливается, и движения. Причем, чем дальше оттачивают свое мастерство врачи, тем больше и больше они получают положи-

Вот, что сказал по этому поводу академик Амосов: «Нельзя сшить спинной мозг, страшно трудно пересадить голову вместе со спинным мозгом, и все равно нельзя рассчитывать, что корешки мозга прорастут и тело будет повиноваться. Кроме того, возникает проблема регулирования внутренних органов, эндокринных желез».

Так считалось тридцать лет назад. В принципе, так считают и сейчас, однако кое-что все же изменилось. Бурное развитие микроэлектроники поставило под сомнение эти тезисы. То, что было неподвластно природе, возможно, станет подвластно микрокомпьютеру, теоретически вполне способному осуществлять правильную передачу импульсов, минуя поврежденное место. И вполне вероятно, вопрос о пересадке головного мозга вновь будет очень актуальным.

Теперь-то мы и приблизились к самому важному. А самым важным оказались не операция трансплантации или препарат, подавляющий отторжение пересаженного органа. Самой важной оказалась моральная сторона. Если такое случится, и головной мозг начнут пересаживать, то что кому пересаживали — головной мозг Поля к телу Жака, или к телу Жака — мозг Поля? Кого считать донором, а кого реципиентом? Опять



которых пока нет ответа!

А ведь мы не коснулись и половины существующих! Конечно, для кого-то эти вопросы ничего не значат, пустой звук. Но ведь в каждом таком конкретном случае мы имеем дело даже не с индивидуальностью одного человека, а как минимум двух!

Кстати, сейчас очень много рассуждают об этичности пересадок вообще. Где взять столько органов для трансплантации всем нуждающимся? Что и говорить, проблема из проблем! Решая ее можно докатиться до того, что разделить все человечество на потенциальных доноров и потенциальных реципиентов. Тут совсем один шаг до фашизма, или даже полшага. Вы все еще улыбаетесь? Или можете предложить альтернативу?

В тот-то и дело, что не можете. И получается, что совсем не зря бьются над проблемой выращивания животных с органами, совместимыми с человеческими. Хотя, Поль с телом свиньи, или Жак с головой барана — комбинация еще та! Трудно сказать, куда нас заведет решение моральных вопросов трансплантологии. Одно можно сказать однозначно, на Украине ничьи головы к телу свиньи никогда пришивать не будут, *бо сало ж з'їсть...*

Профессор Алекс Митчел

Что такое истина? Соответствие наших суждений созданию природы

ТРЕТЬЮ ЧАСТЬ СВОЕЙ ЖИЗНИ МЫ СПИМ, И ЧАЩЕ ВСЕГО ДЕЛАЕМ ЭТО С УДОВОЛЬСТВИЕМ. КТО-ТО СКАЗАЛ, ЧТО СОН — ЭТО МЛАДШИЙ БРАТ СМЕРТИ, ОДНАКО ОБЫЧНО НАС ТАКОЕ СРАВНЕНИЕ ВОЛНУЕТ МАЛО. МЫ ЛЮБИМ СПАТЬ. БОЛЬШЕ ТОГО, ИМЕННО НАРУШЕНИЯ СНА ОПРЕДЕЛЯЮТ НАИБОЛЬШЕЕ ЧИСЛО ЖАЛОБ ПОЧТИ ПРИ ВСЕХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ.

Идеальное

Теми или иными нарушениями сна страдают как минимум 50% населения Земли. А если плохо выспавшийся человек — потенциальная ходячая неприятность, то люди с хроническими нарушениями сна — вполне реальная опасность. По статистике они, например, в 2,5 раза чаще других попадают в дорожно-транспортные происшествия.



Значит, с нарушениями сна нужно бороться.

Известно, что качество сна определяется качеством бодрствования. Как тут не вспомнить о здоровом образе жизни! В здоровом теле — здоровый сон! Но, к сожалению, не всегда это помогает. Особенно, если бессонница — болезнь.

Учеными выделено и классифицировано 84 различных типа нарушений сна, а в 1990 году принята специальная международная классификация, которой теперь пользуются сомнологи — специалисты по сну.

Нормальный сон состоит из нескольких фаз: дремота (I стадия) — 5% всего сна, фаза медленного сна — 70%, фаза быстрого сна — 25%. У каждой из этих фаз есть свои отличительные особенности, в каждую из фаз в организме человека происходят определенные биохимические процессы. Как результат — после нормального физиологического сна человек просыпается и чувствует себя бодрым и работоспособным. Естественно, что после ненормального сна он таким не просыпается. После ненормального сна человек может проснуться очень больным, а то и вовсе не проснуться. Достоверно известно, что в течение суток мозговые инсульты распределяются неравномерно. Днем происходят только 35% случаев заболевания, остальные 65% — ночью (20%) и утром (45%). При этом ночные инсульты протекают значительно тяжелее дневных. Это объясняется тем, что во второй половине ночи происходит «вегетативная буря» — колебания артериального давления, нарушения сердечного и дыхательного ритмов, повышение температуры тела. Это своеобразный тест организма на выносливость. Половина смертей от сердечно-сосудистых заболеваний наступает именно ночью в период от 0 до 8 часов утра. Вот почему назначение снотворного часто считается важным профилактическим мероприятием.

На свете не существует ничего идеального. Не существует и идеального снотворного, хотя врачам хорошо известно, каким оно должно быть.

Требования к идеальному снотворному.

Идеальное снотворное обязано:

- быть активным при приеме per os (через рот)
- давать быстрый эффект
- сохранять активность при длительном приеме
- быть безопасным при передозировке
- быть безопасным для детей, пожилых и больных соматическими заболеваниями

- не давать побочных эффектов
- положительно влиять на качество сна
- не вызывать зависимость и привыкание
- не провоцировать расстройства памяти
- не вызывать «синдром отмены»
- не взаимодействовать с другими препаратами
- действовать только в период сна и не иметь последствий

Конечно, это еще не все. На перечисление всех качественных отличий может и страницы не хватить.

Очевидно, что ни одно из реально существующих лекарств этим требованиям не отвечает. Да и выбор не особенно велик. Например, в Норвегии к употреблению разрешены всего 3 снотворных средства, в Великобритании есть возможность выбирать из 65 препаратов, но ежегодно обновляемый Британский национальный формуляр рекомендует только 20. В России и на Украине число снотворных препаратов, разрешенных к применению, около 50, вот только официальных рекомендаций вроде британских — нет.

В качестве неофициальных рекомендаций можно привести следующие: если у вас трудности только с засыпанием, могут помочь инвадал, имован или мидазолам; при нестабильном ночном сне (частые пробуждения и преждевременное окончание сна) — нитрозепа, оксазепа или темазепа. В любом случае прежде, чем принимать препараты, не забудьте посоветоваться с врачом!

Профессор Алекс Митчел

Фитотерапия онкологических заболеваний

Опухоль печени

30 г сухой измельченной травы чистотела большого залить 500 мл кипятка, настоять 30 минут в термосе, процедить.

Пить по 100 мл 3 раза в день за 30 минут до еды.

Опухоль селезенки

Крапива двудомная (листья) — 1 часть.

Измельчить в порошок, хорошо перемешать. Принимать 3 раза в день этот порошок на кончике ножа.

Рак внутренних органов

100 г измельченной травы чистотела большого и 100 г измельченного корня черепицы залить 500 мл водки, настоять в темной бутылке с плотной пробкой 8 дней в темном месте, периодически встряхивая.

По прошествии указанного срока настойку процедить.

Принимать по следующей схеме. Начиная с 1 капли добавленной в 5 стакана холодной кипяченой воды, увеличивать дозу настойки до 1 столовой ложки на то же количество воды. Принимать 3 раза в день.

Рак горла

Крапива двудомная (листья) — 5 г

Купена душистая (трава) — 5 г

Одуванчик лекарственный (корни) — 5 г

Шалфей лекарственный (листья) — 5 г

Весь сбор залить 1 литром воды, варить 5 минут, затем процедить и добавить по 15 капель настоек арники горной и можжевельника обыкновенного, 2 столовые ложки цветочного меда. Принимать по 15 мл. каждый час. Одновременно с этим применять внутрь на кончике ножа порошок корня дягиля лекарственного.

Рак желудка

12 г сухой измельченной травы чистотела большого положить в темную бутылку и залить 500 мл водки.

Настаивать в темном месте, периодически встряхивая, 5 суток.

Принимать по 1 столовой ложке настойки. Одновременно употреблять по 40-60 капель 10%-ного спиртового экстракта прополиса с 50 мл. кипяченой воды 3 раза в день за 30-40 минут до еды.

Рак матки

Смешать по 1/2 чайной ложки травы горца водяного, зверобоя продырявленного, омелы белой, пастушьей сумки, корневищ горца змеиного, коры дуба обыкновенного, ивы белой, корней крапивы жгучей, окопника лекарственного, семян льна посевного, цветков календулы лекарственной, розы белой и цмина песчаного.

Залить всю смесь 2 литрами воды, кипятить 20 минут, настоять 2 часа и процедить. Использовать при раке матки, а также при аднексите для спринцеваний в теплом виде 1-2 раза в день.

Рак груди

Залить 200 мл кипятка корневища горца змеиного и кровохлебки лекарственной, взятые по 1 чайной ложке, настоять 30 минут и процедить. Пить по 500 мл 3-4 раза в день до еды теплым. Возможно наружное применение.

Взять по 1 чайной ложке листьев мать-и-мачехи, цветков календулы лекарственной и 2 чайные ложки желтых лепестков подсолнечника, залить 200 мл. кипятка, настоять 2 часа, процедить. Пить в течение дня по 100 мл. до еды 3 раза в день. Курс лечения 2-3 месяца.

Юрий Герасимов

г. Симферополь

Лучшие рецепты - рождаются из обычаев

ВСМАТРИВАЯСЬ В ЗЕРКАЛО, ЧЕЛОВЕК СЛОВНО ПОГРУЖАЕТСЯ В СВОЙ ВНУТРЕННИЙ МИР. ПЫТАЯСЬ ПОНЯТЬ, КТО ОН НА САМОМ ДЕЛЕ ЕСТЬ. СООТВЕТСТВУЮТ ЛИ ЕГО ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О СЕБЕ, ОТРАЖАЯСЬ В ЗЕРКАЛЕ, ИЛИ В НЕМ СОВСЕМ ДРУГОЙ ЧЕЛОВЕК. ЕМУ НЕИЗВЕСТНЫЙ И ПУГАЮЩИЙ ЕГО.

и будет им увлечена. Столь же ясна причина, — по которой больные не должны смотреть в зеркало: во время болезни, когда душа может легко улететь, ее особенно опасно выпускать из тела через отражение в зеркале. Точно так же поступают люди, которые не позволяют больным спать: ведь душа во сне уносится из тела, всегда есть риск, что она не вернется. Если у вас в доме или на

Улучшение кармы

неизвестные свойства зеркала

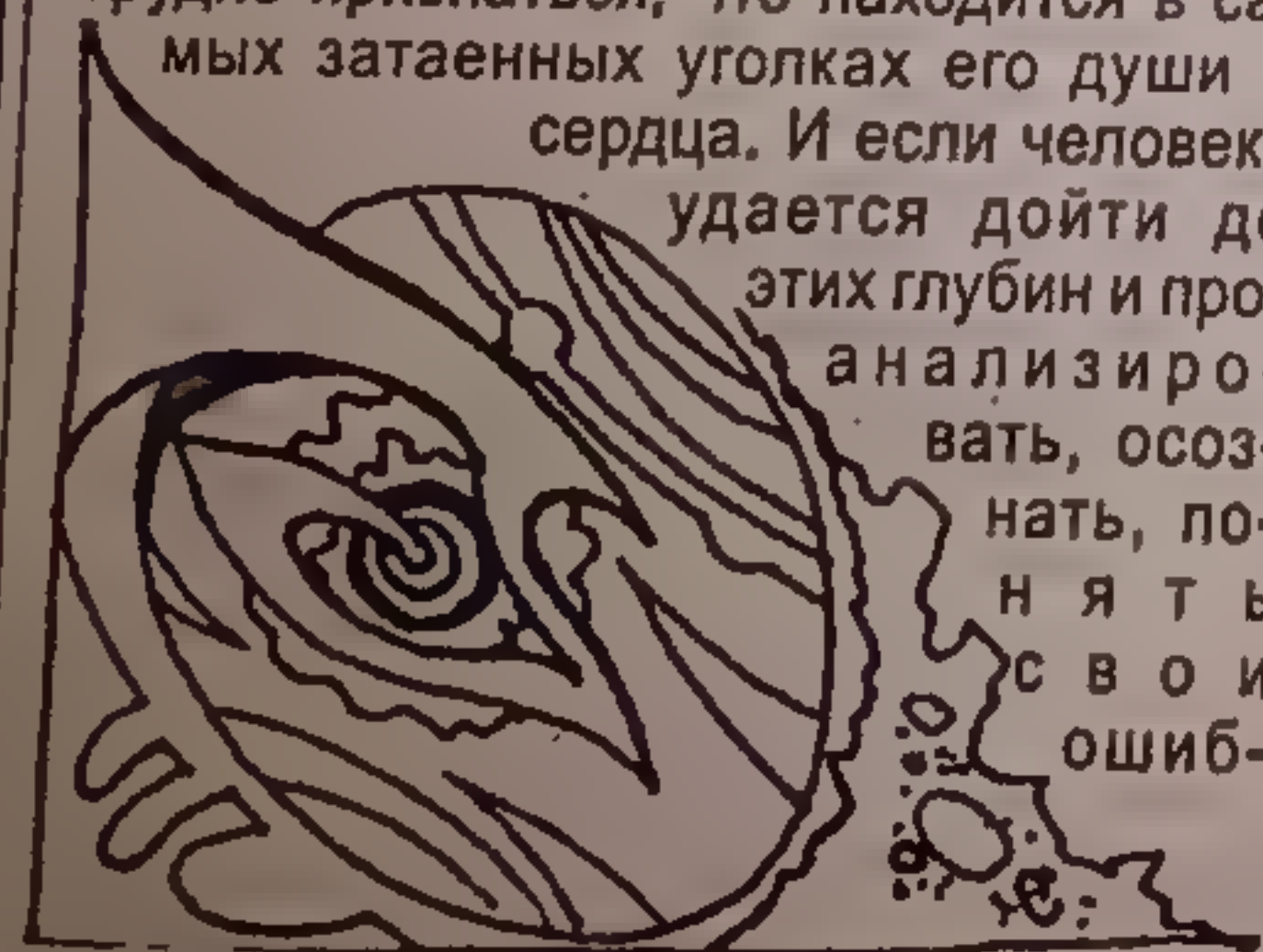
Глядя в зеркало, можно задавать себе вопросы, пытаться разобраться в самом себе, в своих поступках, принятых решениях, можно спросить у самого себя — чиста ли у тебя совесть, насколько ты честен сам с собой и окружающими тебя людьми? Являешься ли ты тем человеком, которым себя вообразил, и каким хочешь, чтоб тебя считали окружающие? Ты как бы заглядываешь в самые глубины самого себя, в свои глаза через зрачки, пытаешься познать самого себя. В Древней Индии верили, что душа — это «мальчик-с-пальчик», «пуруша», обитающий в зрачке человека. Если «пуруша» добрый, он помогает людям, а если злой, то испортит человека. Получается как бы монолог с человеком, который находится внутри тебя, со своим «я». С настоящим «я», а не с тем, каким ты вообразил его для себя и пытаешься показать другим людям. Происходит как бы очищение и познание самого себя, своего истинного «я». Того, что не умирает, а наследуется в других жизнях. То, что мы можем улучшить, наделяя новыми положительными качествами, очищая и облагораживая, или, наоборот, своими мыслями, поступками убивая чистоту и благородство, тем самым закабалая свою душу, — ведь это уже не вы, а масса плохих поступков, страстей, желаний. Но, слишком часто нельзя смотреть в зеркало, иначе может зародиться болезнь самолюбования, и тогда человек не сможет увидеть и оценить себя по достоинству, увидеть свое истинное «я». Он создает свое «я», которое угодно ему, не спорящее с ним, — «я» самолюбования. А это «я» очень страшное, ибо при нем человек теряет свое истинное «я», и обратный путь очень тяжел, порой даже невозможен. Зеркало это как бы исповедь перед самим собой. И на ней человек может говорить то, что он вряд ли доверил бы духовному лицу. Все то, в чем человеку трудно признаться, что находится в самых затаенных уголках его души и сердца. И если человеку

ки, возможно даже неосознанные, проникая в эту глубину своего подсознания, то, достигнув всего этого, он полностью очищается, как бы заново рождается с очищенной душой. Но это будет дано не каждому, ибо это очень трудный путь, и не у многих хватит сил, чтобы пройти его. Этот путь можно проходить последовательно, поэтапно, сначала избавляясь от видимых пороков, которые как бы находятся на поверхности человека, а затем проникая все глубже и глубже. И до какой стадии, ступени очищения человек дойдет, это полностью зависит от его желания, силы воли. Таким образом можно избавиться от таких пороков, как курение, пьянство, грубость, несдержанность, лживость и т. д. В Древней Индии существовало правило — не смотреть на свое отражение в воде, а если человек увидел во сне свое отражение, греки считали это предзнаменованием смерти. Жители Древней Индии боялись, что водные духи утащат отражение или душу под воду, оставив человека погибать. Таково, возможно, было происхождение мифа о прекрасном Нарциссе, который зачах и умер от того, что увидел свое отражение в воде. Дети должны как можно реже смотреться в зеркало, поэтому его надо закрывать. Особо тщательно следует занавесить все зеркала, если в доме есть тяжело больной или покойник. Когда он выздоровел или похоронен, зеркала можно открыть и вымыть, после чего обязательно зарядить на солнце (о методике зарядки зеркала будет рассказано ниже). Теперь можно объяснить обычай закрывать зеркала и поворачивать их к стене после того, как в доме кто-то умер. Опасаются, что душа человека в виде отражения в зеркале может быть унесена духом покойного, который, как обычно верят, остается в доме вплоть до захоронения. Этот обычай совпадает с обычаем жителей Новой Гвинеи — не спать в доме, где кто-то умер, из страха, что душа, выходящая из тела во сне, встретится с духом

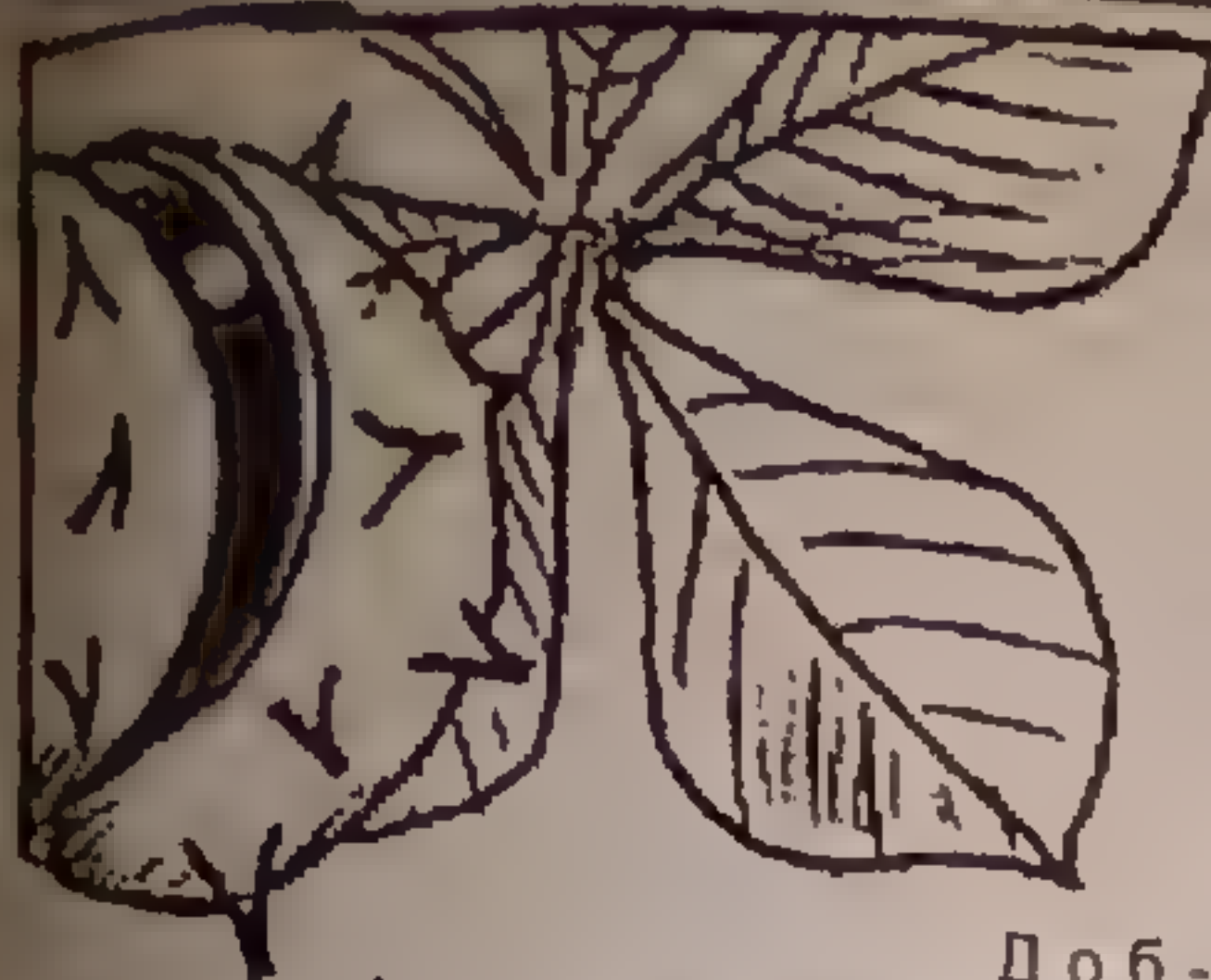
работе разбито зеркало, то необходимо немедленно выбросить его и ни в коем случае в него не смотреться, потому что если вы находитесь в доме с разбитым зеркалом, то будете часто болеть и все ваши дела будут «разбиваться» и «трескаться», как это зеркало. Разбитое зеркало — вестник неудач и разладов всех дел, и его необходимо выбросить так, чтобы оно упало отражающей стороной к траве, земле. По поверью, если разбить зеркало, то в доме кто-нибудь умрет. Не следует также покупать разбитое зеркало, оно приносит несчастье. Если вы смотрите в большое зеркало, то желательно, чтобы вы были перевязаны вокруг талии матерчатой лентой или поясом. При покупке зеркала лучше выбирать на складе, чтобы до владельца зеркала в него никто не смотрелся. Принести домой, завернув в бумагу. Дома протереть чистой, сухой тряпочкой, чтобы снять информацию, и вынести на балкон или на улицу. Дать солнцу осветить все зеркало, говоря: «Отец мой, Солнце, освети мое зеркало до самых глубин», подержать его на солнце 5 минут и повесить на нужное место. С помощью зеркала можно лечить психические заболевания, заболевания лимфы и крови, предрасположенность к наследственным заболеваниям, остеопороз, тахикардию. Для этого надо подойти к зеркалу и сказать: «Зеркало, зеркало, возьми все мои болезни и печали, а луч Солнца мне отдай». При этом пристально вглядываться в глубь зеркала. Затем зеркало занавесить тканью в клеточку. Перед следующим использованием вымыть мокрой тряпкой и зарядить снова на солнце. Зеркало является окном в другой мир, в мир, не до конца подвластный нашему пониманию, но способный влиять на нашу жизнь. Использование в разных обрядах зеркала является тому подтверждением.

Ю. Герасимов

г. Симферополь.



БАБУШКИНЫ РЕЦЕПТЫ



Доб-
рый день уважае-
мая редакция! Мир
дому вашему!

Здоровья Сибир-
ского и Благополу-
чия в семье! Счастья
и Кавказского долголетия! Подарите
женщине - боровинку траву, а мужчине
- священный витекс и красный корень,
и тогда старость не страшна и болезнь
обойдет стороной! Травы на столе - здо-
ровье на 100 лет - говорят на Кавказе!
Тогда и доктор свой будет в доме!

Надеюсь, что мои советы помогут
многим женщинам и мужчинам в лече-
нии многих болезней.

Хочу предложить со страниц вашей
газеты хороший рецепт для лечения
женских болезней, проверенный года-
ми.

Очень многие женщины вылечили
**МИОМУ, ФИБРОМИОМУ, ВОСПАЛЕ-
НИЕ ПРИДАТКОВ, ЭРОЗИЮ ШЕЙКИ
МАТКИ** этим эффективным сред-
ством. Когда-то мне свекор говорил:
«Запомни, дочка: Мужу жена нужна
здоровая». Да где его взять не сказал.
Одно поняла, здоровье - не купишь. Да
и разве знала я тогда, что всего-то надо
иметь желание быть здоровой, веру в
исцеление и не лениться заваривать
травы вовремя, не запуская болезнь.
После нескольких неудачных прижига-
ний, приема многих антибиотиков, ка-
пельниц я совсем было отчаялась. Вид-
но не может медицина ещё лечить эти
заболевания.

Сколько денег, сил и времени было
упущено. Вот тогда и пришла мне на
помощь старая записная книжечка
моей бабушки и моей мамы. В давние
времена и в больницу-то некогда было
ходить, да и не ходили, а пользовались
своими старыми, проверенными мето-
дами. В старом, истрепанном, потер-
том со временем травнике, нашла я
один замечательный женский сбор.

ЭРОЗИЯ. Написано было так: «Ле-
чит все женские болезни, уменьшает
опухоли, боли, выделения. Нормализу-
ет цикл, гормональный баланс, улучша-
ет состав крови. Для заварки взять

всех трав по норме, измельчить и сло-
жить в холщовый мешочек. Заварить
одну полную столовую ложку пол-лит-
ром кипятка, укутать, настоять с час,
процедить. Пить по полстакана до еды.
Этим же отваром и поспринцеваться
нужно на ночь. Делать надо так 2 не-
дели. Через месяц повторить. А при
затяжной болезни, то есть при хрони-
ческой, лечение надо продлить до 4-6
месяцев».

Взялась и я за лечение. Пила по 3
раза в день сбор и спринцевалась, да
тампоны со зверобойного масла дела-
ла на ночь. Так и пробежала неделя,
другая. Через неделю исчезли все мои
ноющие боли внизу живота, значитель-
но улучшилось общее состояние. Я
просто летала от счастья! Еще позже
прошла обследование у врача, и к его
удивлению эрозии не стало. Перестали
мучить и выделения, с которыми ни
одни антибиотики так и не справились.
Все анализы показали положительный
результат от лечения.

Вот тебе и бабушкин рецепт! А со-
став тот потом долго переписывался
моими родственницами и знакомыми,
спасая их от многих женских неприят-
ностей. Сбор мы так и назвали «Уни-
кальный женский сбор бабушки Евдо-
кии» или просто «Евдокия», в честь ба-
бушки Евдокии Васильевны.

Вот несколько трав из того сбора:
боровинка - трава известная уже, гру-
шанка, огнецвет - календула по-наше-
му, кубышка - от всех трихомандных
кольпитов, манжетка - при белях и бес-
плодии, татарник - первый помощник
при опухолях и кистах, шалфей-трава
жизни, репешок - сердечный лекарь,
донник (только женский вид), омела-
трава спасения и другие. Всего 21 ле-
чебная трава.

Этот сбор пили и врачи-медики и
больные. Ко мне обращаются многие
женщины с просьбой вылечить миому,
мастопатию и другие заболевания. Так
этот женский сбор спас от операции по
поводу миомы нескольких женщин.

С. прошла курс лечения боровинкой
и женским сбором из 21 трав, у нее
улучшилось состояние.

При обильных, **БОЛЕЗНЕННЫХ
МЕНСТРУАЦИЯХ**, нарушении цикла,
после родов для быстрого сокраще-
ния матки и уменьшения послеродо-
вых болей (проверено!!!) пейте отвар
кровохлебки или красного корня с бо-
ровинкой вместе.

При любых **ОПУХОЛЯХ** без болиго-
лова или аконита не обойтись, но пить
- строго по каплям! В комплексе нужен
сабельник и цвет каштана конского, он
же при мастопатии и кистах тоже дает

хорошие результаты. Полезны и ванны
с листом грецкого ореха, манжетки, бо-
ровинки и бадана, если появились хла-
мидии, герпес, зуд во влагалище.

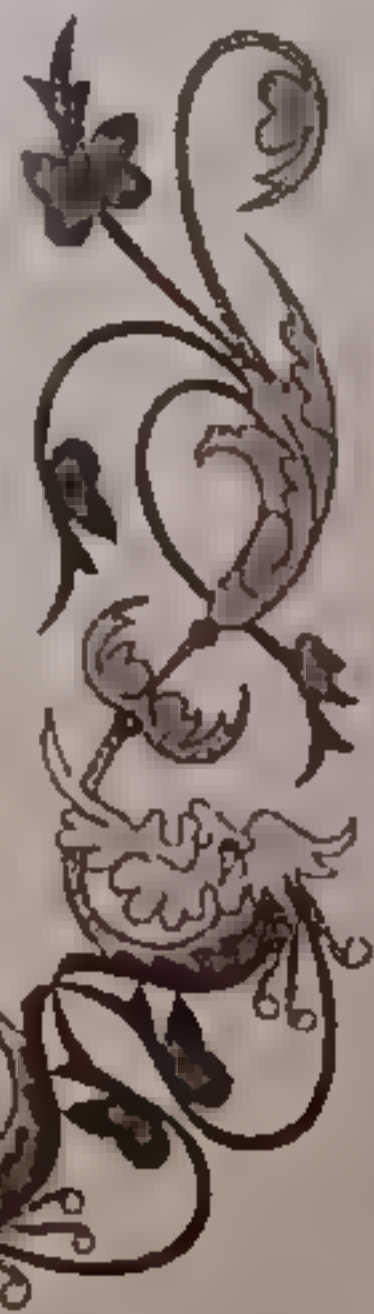
При **КОЛЬПИТЕ, АДНЕКСИТЕ, ЭРО-
ЗИИ**, помимо питья трав, делайте там-
поны из зверобойного масла на ночь, -
при этом лечении желательно воздер-
жаться от половой жизни. При **ОПУЩЕ-
НИИ МАТКИ, ВЛАГАЛИЩА** полезен
красный корень, делать ванночки с от-
варом шалфея или семян, травы дур-
мана. Доподлинно известно, что под-
час женские болезни зависят от здоро-
вья нашей второй половины-мужчин.
Поэтому при многих женских инфекци-
онных заболеваниях лечение грушан-
кой, боровинкой, сабельником, красным
корнем, витексом и другими травами
эффективнее проводить и женщине и
мужчине. И тогда здоровье семьи при-
умножится.

При **НАРУШЕНИИ МЕНСТРУАЛЬ-
НЫХ ЦИКЛОВ** или **ГОРМОНАЛЬНОГО
БАЛАНСА**, связанных с **ЗАБОЛЕВАНИ-
ЕМ ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ**, может
помочь экстракт плодов прутняка (его
еще называют витекс священный или
Авраамово дерево), отвар дурнишни-
ка (он же - для **ВЫВЕДЕНИЯ ОКСАЛА-
ТОВ ИЗ ПОЧЕК**). А при **ПРОСТАТИТЕ**
отлично помогает мой курс: каштан +
красный корень + настойка из трав (бо-
ровинки, грушанка, зимолюбка). Этот
же состав спас некоторых мужчин и от
операции - рассосалась аденома - ведь
! Если кому-то надо, пишите, помогу
чем могу.

Для прохождения 1 курса женским
сбором надо 200 грамм сбора. Буду
рада, если мои собранные советы по-
могут женщинам и мужчинам в лечении
многих заболеваний.

При обращении ко мне, пожалуй-
ста, вкладывайте маркированный кон-
верт для ответа. Сколько больных,
столько и недугов, но столько и воз-
можностей лечения.

Пишите, звоните, буду рада по-
мочь: 353400, Россия,
Краснодарский край,
Анапский район, ст. Гос-
тагаевская, улица Мира,
дом 28, квартира 2, Куш-
наренко Татьяна Влади-
мировне. Тел.: 8-86133-
90-305. Всего вам добро-
го. С уважением, Татьяна
Владимировна Кушна-
ренко.



Видеть и делать новое - очень большое удовольствие

Самоисцеление и долголетие №3

Личность и свобода выбора

ЛЮДЕЙ ВСЕГДА ИНТЕРЕСОВАЛ ВОПРОС О СВОБОДЕ ВЫБОРА. ПОЧЕМУ В ОПРЕДЕЛЕННЫХ СИТУАЦИЯХ ЧЕЛОВЕК ПРИНИМАЕТ ОПРЕДЕЛЕННОЕ РЕШЕНИЕ, А НЕ ИНОЕ? И ПОЧЕМУ ЭТИ РЕШЕНИЯ, ПРИНИМАЕМЫЕ ПОРОЙ ОЧЕНЬ НЕГЛУПЫМИ ЛЮДЬМИ, ТЕМ НЕ МЕНЕЕ В БОЛЬШИНСТВЕ СЛУЧАЕВ, ДОСТАТОЧНО НЕЛЕПЫ?



Особенно важным этот вопрос считается в высшей магии. На этот счет существует достаточно теорий, которые, по видимому, разумнее рассматривать в комплексе. Так, в частности Кастанеда пишет, что его учитель, дон Хуан утверждал, что в теле человека существует специальный энергетический центр, ответственный за принятие решений. Он называется V-точкой и расположен в ямке нижней части горла, где ключицы сходятся в форме буквы V. Это место и является тем центром, где в энергетическом теле энергия является наиболее разряженной. Здесь концентрируется потенциал особого вида энергии, который очень трудно определить. И эта особая энергия в течении жизни рассеивается, не возвращаясь обратно. И в результате человек теряет способность принимать самостоятельные решения. Интересно, что это по видимому действительно так — ведь дети гораздо легче принимают свои решения, чем взрослые! И те, кого в детстве отучали от самостоятельных решений, уже никогда не восстанавливают эту способность.

Конечно, можно объяснять связанные с этим проблемы неправильной мотивацией наших решений, но сразу возникает вопрос — а она вообще бывает верной? Решение — это в конечном счете выбор между различными, эмоционально насыщенными мотивами, в которых разум мало участвует. И мы, почти всегда, делаем нелепый выбор, не решая проблемы, а создавая новые. Возможно именно поэтому люди и стали опасаться своих собственных мотивов. Не желая принимать самостоятельные решения, они создали всевозможные общественные устройства, учреждения, отвечающие за принятие решений. Видимо, человеку легче просто выполнять принятые от его имени решения.

Центр принятия решений можно назвать местом, отделяющим мысль от мотивированного ею действия. Конечно, не всякая мысль может и должна

исполняться. Но далеко не каждая — игнорироваться. Конечно, понятие энергетического центра в большей степени условно. Здесь мы описываем его именно так, как воспринимают его ясновидящие. Для них такой центр видится своего рода вихрем или водоворотом энергии — чем-то вроде трубы, вращающейся против часовой стрелки. Показателем силы центра является скорость вращения. Если вихрь едва движется значит центр исчерпал себя, энергетически истощился. Именно эти энергетические вихри в большинстве своем соответствуют местам, которые йоги называют чакрами.

Однако кроме семи основных чакр существуют сотни второстепенных. Таким образом человек представляет собой своего рода конгломерат вращающихся вихрей. Некоторые из них настолько малы, что похожи на дырки от укола булавкой. Энергия или свободно течет через них или задерживается ими, основные семь чакр или вихрей столь велики, что заслуживают особого внимания, поскольку определяют общую жизнеспособность и энергичность человека, они никогда не приостанавливаются, но иногда вихрь такого центра начинает вращаться очень медленно. Это состояние соответствует внутренним заболеваниям, а иногда депрессии.

Первый из таких центров находится в области печени и желчного пузыря; второй — в области поджелудочной железы и селезенки; третий — в области почек и надпочечников; четвертый — в надгрудной ямке; шестой — в верхней части головы. Пятый центр имеется только у женщин, содержит особый вид энергии. Придающей магам некоторую текучесть. Но в основном служит естественным фильтром, экраном, удерживающим тепло от ненужных воздействий.

Ясновидящие видят это по-разному. Существуют различные формы ясновидения. Для некоторых магические центры видятся в образе отверстий

в человеческом теле. Энергетическое наполнение этих отверстий оказывает очень сильное влияние на весь характер человека. Шестой или седьмой центр — в различных школах его нумеруют по-разному — располагается на самой макушке головы. Он совершенно отличен от других центров, так как видится не в образе энергетической воронки, а уподобляется пульсации бьющегося сердца. Этот центр не совсем принадлежит человеку. Он захвачен некоей невидимой космической силой, которую шаманы считают хищной. Он сильно слабеет, когда укрепляются другие центры, хотя в то же время возможно именно он определяет то качество, которое именуют мудростью. С другой стороны у мага, способного отключить свое сознание, энергия в этом центре движется так же как и во всех остальных. Однако вернемся к четвертому центру, который представляется как некая энергия, похожая на воду. Возможно это сходство является отражением фильтрующих свойств самого центра. Центр процеживает любую поступающую в него энергию, а также информацию и использует лишь тот аспект, который уподобляется жидкости. Этот центр и должен фильтровать нашу деятельность. Маги еще называют его центром влажности. Здесь нужно заметить, что вода и видения ее в оккультных представлениях связываются с Венерой или любовными связями. Видимо влияние центра выбора в полном соответствии с учением Фрейда имеет также и мотивацию посредством либидо.

Вращение энергии в этом центре самое медленное, что объясняет мало развитую способность принимать решения. Однако если активизировать этот центр, человек способен гораздо более решительным и следует своим истинным устремлениям.

Конечно, понятие энергии в большей степени условно. Люди или человечество само по себе можно считать некоей единой массой, разделенную на личности. Эта масса в конечном счете управляется особыми плохо понимаемыми нами законами. Видения ясновидящих — это абстрактное изображение, позволяющее как-то воспринимать действие этих законов.

Доктор Морро

Лиц
или и
созда
бы в с
дующ

была
лее то
алкого
это не
природ
тельно
низм
ществ
еся в с
хическ
циал

ков: во
ние здо
- слабо
полное

Нарк
формир
шения
нения в
ляют го
о стади
мирова
висимос
организ
каком-л
ся генет
психоло
нального
человек
Многочи
циально

Наркомании - это родовые болезни.

Лишь вымирание рода полностью или исправление судьбы человеком создаёт предпосылки для того, чтобы в следующих поколениях, в следующем его воплощении, эта биопсихическая инфекция

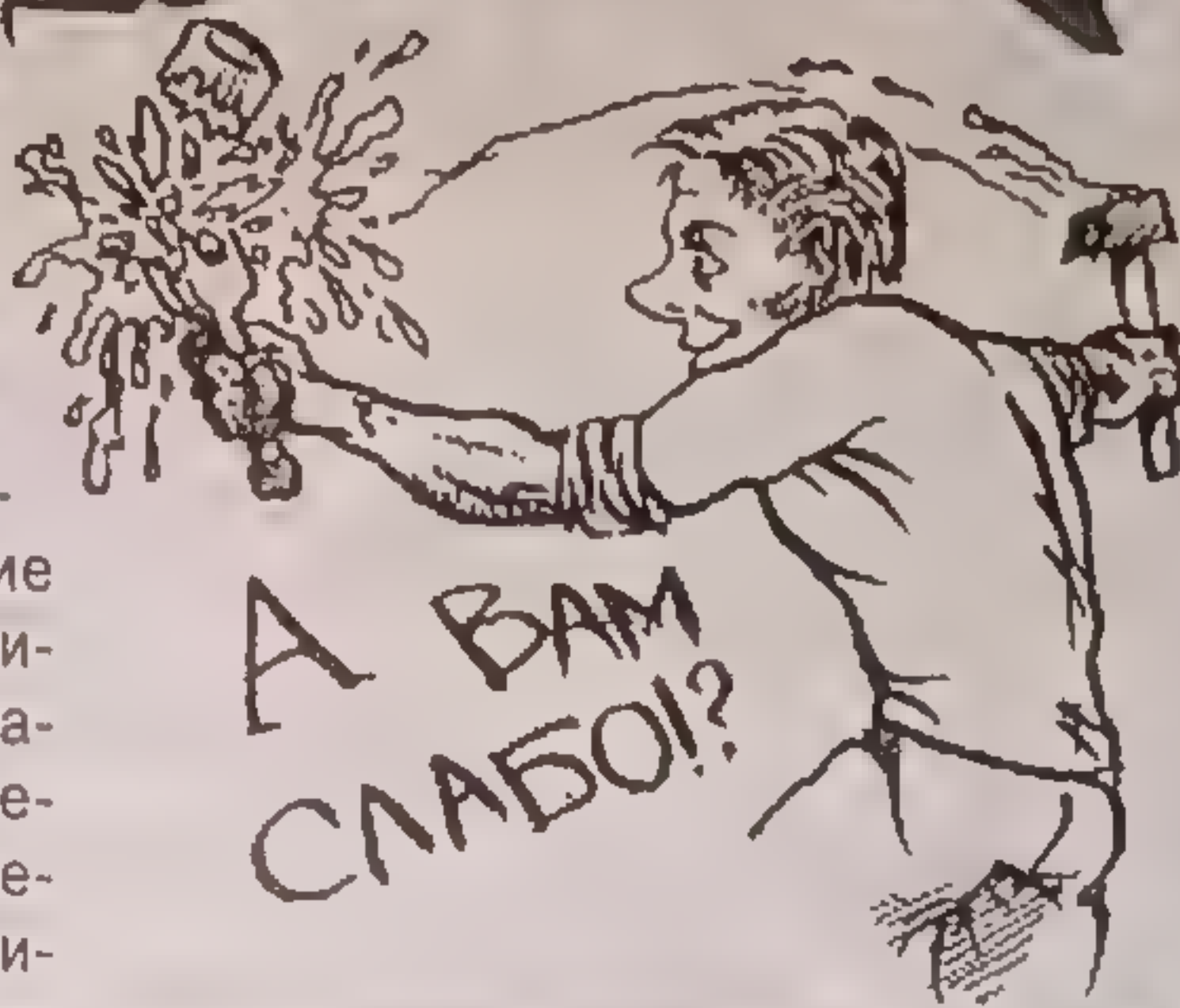
политического и других аспектов не дают оснований утверждать это.

Ни уровень развития сознания, ни воспитание, ни культура, ни политика в области производства и продажи спиртного, ни религия, ни вид общественно-экономической форма-

гию, вообще состояние организма на момент начала употребления наркотических веществ, разные возрастные особенности и т.п. Для одних людей наркотики - это «допинг», «лекарство», а для других, вышечисленных, это - «продукт питания» который включается в обменные процессы, и без которого организм не может. Функционировать нормально силу несовершенства их пищевого аппарата. Они испытывают, в отличие от других людей, не только психическую зависимость, но и зависимость физиологическую. Она - объективна и не зависит ни от сознания, ни от воли человека.

Поэтому, когда мы, блокируем физиологическую зависимость (потребность) с психическим влечением, используя сознание и подсознание, духовную практику, можно бороться, если есть желание и настойчивость, если есть

Страсти



была полностью уничтожена. Более того, я склонен думать, что алкоголизм, другие наркомании - это не заболевание, это - изменение природы человека в результате длительного воздействия на его организм ядовитых наркотических веществ в ходе эволюции, выразившееся в серьёзных мутациях и биопсихического и психологического и социального уровней человека.

Французские учёные проследили жизнь четырёх поколений алкоголи-

ции, ни лекарственные препараты или иное воздействие на психику и

"Зеленого змия"

ков: во втором поколении - разрушение здоровья и болезни, в третьем - слабоумие и деградация, в 4-ом - полное вырождение.

Наркотическая зависимость не формируется, хотя внутренние нарушения организма и внешние изменения в поведении человека позволяют говорить о развитии процесса, о стадиях заболевания, о его формировании. Она, наркотическая зависимость, а, вернее, потребность организма в алкоголе или другом каком-либо наркотике закладывается генетически. Ни социальные, ни психологические факторы кардинального значения в становлении человека наркоманом не имеют. Многочисленные исследования социального, микросоциального,

соматику человека, заражённого вирусом алкоголизма или наркомании, не влияют. Их природа совершенно отлична от природы других людей этого же общества. И здесь не надо путать распространение употребления наркотических веществ и развитие наркомании. Вот почему одни люди употребляют алкоголь, пробуют наркотики другого вида и не становятся наркоманами, а другие, в каком бы возрасте они не начали употреблять наркотические вещества, попадают в зависимость.

Пусковой механизм тяги к наркоту ждал своего часа, чтобы включить - нервную цепочку, которая и осуществляет predeterminedный ход наркомании. И вот тут мы уже можем говорить о разной реакции организма, скорости протекания процесса, последствиях и т.д. и т.п. Так как мы имеем разную физиоло-

знания, как это делать.

Так дисгармония инстинкта выбора пищи и инстинкта самосохранения привела человека к потребности в наркотиках, которая в конечном итоге вытесняет постепенно другие витальные потребности. Прослеживается тенденция включения в продукты питания наркотических веществ как жизненно важных компонентов для наркоманов, несмотря на их ядовитую разрушительную силу.

В своё время алкоголь и табак рекомендовали людям как лекарственное средство, они были легализованы. Затем, по мере социального регулирования употребления спиртного и табака, они вошли в повседневную жизнь, стали бытовым пороком, но вместе с тем и продуктом питания, хотя питательной ценности не представляют.

И. В. Галушкин
г. Ростов-наДону

Пусть каждый соблюдает свою дорогу

НА ПРИНЦИПИАЛЬНЫЙ ВОПРОС: «А СТОИТ ЛИ ВОООЩЕ ПОКУПАТЬ ЭТОТ КОМПЬЮТЕР?» - СЕГОДНЯ МОЖНО ОТВЕТИТЬ ТОЛЬКО УТВЕРДИТЕЛЬНО. РЕЧЬ ИДЕТ О ВЕЩИ, КОТОРАЯ ДЕЙСТВИТЕЛЬНО ОПРАВДАЕТ СЕБЯ. СОВРЕМЕННЫЙ КОМПЬЮТЕР С УСПЕХОМ ЗАМЕНЯЕТ ТАКИЕ РАЗНЫЕ ПРЕДМЕТЫ, КАК ПИЩУЩАЯ МАШИНКА, ЗАПИСНАЯ КНИЖКА, КАЛЬКУЛЯТОР, ПРОИГРЫВАТЕЛЬ КОМПАКТ-ДИСКОВ, БИБЛИОТЕКА СПРАВОЧНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, ФАКС.

срок - не менее года, бесплатные консультации по телефону в процессе эксплуатации, в случае неполадок - проезд специалиста к вам домой.

И последнее: хороший базовый вариант компьютера сегодня стоит не дешево. Дополнительные аксессуары - вроде принтера, CD-дисковода или модема (устройства для приема и передачи электронных сообщений).



етская просьба: «Хочу компьютер» порой не отличается от других аналогичных «Купи!» (Барби, ролики, CD-плеер или куртку а-ля Эдди Мерфи). Но, подчеркиваю,

появление в вашем доме компьютера (или, как его еще называют, «ящика», машины, «писишки» - от английского PC - персональный компьютер) сулит гораздо больше выгод, нежели другие вещи из «джентльменского набора» современного человека.

Думайте о себе и о своих детях: объявления о найме на любую сколько-нибудь серьезную работу уже сегодня в 80 случаях из 100 как минимум требуют знакомства с компьютером. Но далеко не в каждой школе и даже вузе учат обращаться с ним (программы по информатике - плоды долгих бдений чиновников и методистов - с требованиями реальной жизни имеют мало общего). Основным способом постижения компьютерной грамотности остаются самостоятельные занятия.

Так что поверьте, сегодня лучше сэкономить на видеоманитоне, музыкальном центре и даже поездке за рубеж, но приобрести компьютер.

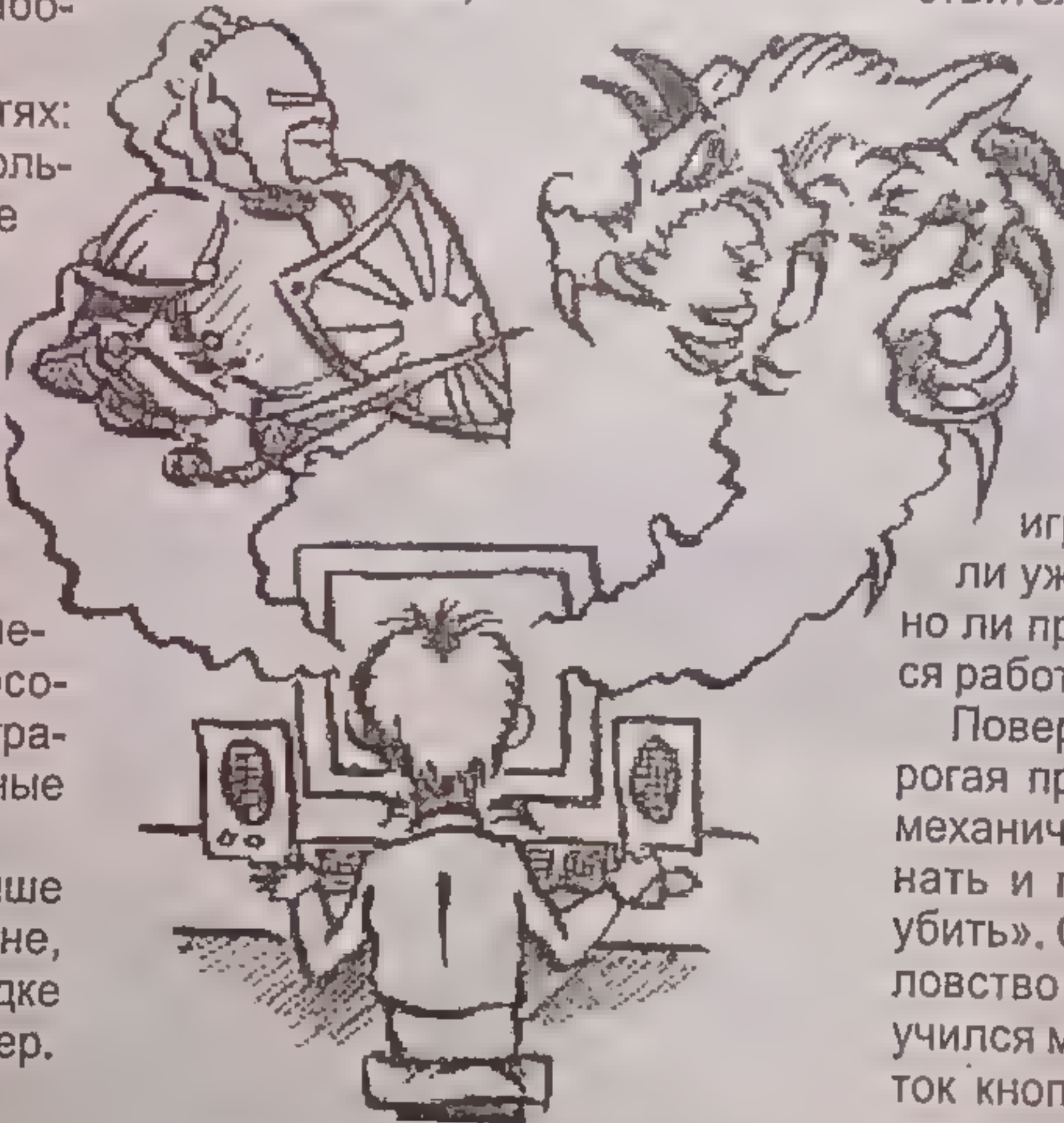
С ЧЕГО НАЧАТЬ?

Универсальной модели идеально-го компьютера не существует. Определитесь, что вы хотите - заниматься графикой, слушать и создавать музыку, писать выдающиеся произведения и рассылать их при помощи электронной почты по всему свету, и исходя из этого выбирайте. Отправляясь в магазин, лучше пригласите с собой специалиста, которому доверяете.

Знающий человек сможет, во-первых, проверить покупку на месте, а во-вторых, ему будет легче найти общий язык с продавцами (учтите, что компьютерщики общаются на особом

А МОЖЕТ ЛУЧШЕ

жаргоне, куда более разнообразном и менее понятном для окружающих, чем блатная «феня». Общаться с ними непрофессионалу - дело почти что безнадежное).



Есть, конечно, несколько общих моментов, которые полезно знать и вам.

Старайтесь покупать технику у официального представителя одной из ведущих фирм. Это обеспечит достойное качество компьютера и сервиса.

Не пытайтесь сэкономить, приобретая отдельные детали у разных продавцов. Если возникнут проблемы - каждый поставщик обязательно станет кивать на другого и отыскать концы будет очень сложно.

Поинтересуйтесь объемом сервисных услуг. Солидные фирмы как минимум обеспечивают: гарантийный

легко увеличат стоимость.

Поэтому есть смысл не торопиться покупать все «навороты» сразу, а для начала разобраться, что вам действительно нужно.

КОМПЬЮТЕР ИЛИ ПРИСТАВКА?

«Пусть ваш ребенок познает компьютер с азов!» - примерно такими призывами заманивают покупателей торговцы всевозможными игровыми приставками. Но так ли уж искренни их призывы, можно ли при помощи игрушки научиться работать на настоящей машине?

Поверьте, что нет. Даже самая дорогая приставка предлагает только механические игры, из серии «догнать и перегнать», «поколотить и убить». Освоить это электронное баловство под силу каждому, кто научился механически нажимать десяток кнопок. Тогда как современный компьютер требует знания сотен и тысяч комбинаций. Постигать его через приставку - все равно, что учиться вождению с помощью игрушечной «бибики».

Специалисты утверждают: единственный полезный навык, который несут игры - это хорошая реакция. Но если так уж необходимо выработать и развить это качество, то пусть лучше ребенок играет в волейбол, бадминтон. Пользы, скажу вам, будет гораздо больше.

Другой момент: через год, максимум через два, приставка безнадежно устареет. Во-первых, на рынке обязательно появится что-нибудь новенькое. Во-вторых, шаловливые дет-

ские р...
да для...
с тем х...
вашей

«М...
МО...

Ита...
на, при...
водвор...
за рабо...
Не б...
кие пр...
выучит

СС

Обра...
пульт у...
менным...
вычайн...
янно дв...
кнопки...
такой (н...
способл...
стать су...
трическ...
руки от...

Мале...
ственна...
рой над...
внимате...
тору, при...

Увы, с...
ниторов...
не созда...
силой, и...
лучение...
магнитн...
портят з...
сразу за...
организа...
строить и...

Свет и...
лучше во...
Экран...
стоянии...
глаз, опти...
десят-сем...
Площа...
взрослых...
нимум 6 к...

СА

мышь - не самая благодатная среда для электронной игрушки. Вместе с тем хороший компьютер прослужит вашей семье как минимум пять лет.

«МЫШЬ» КУСАЕТСЯ, МОНИТОР БЬЕТ В ГЛАЗ

Итак, вожделенная машина куплена, привезена домой и торжественно водворена на рабочий стол. Скорее за работу?!

Не будем торопиться. Есть кое-какие правила, для начала нужно их выучить. Не то будет больно.

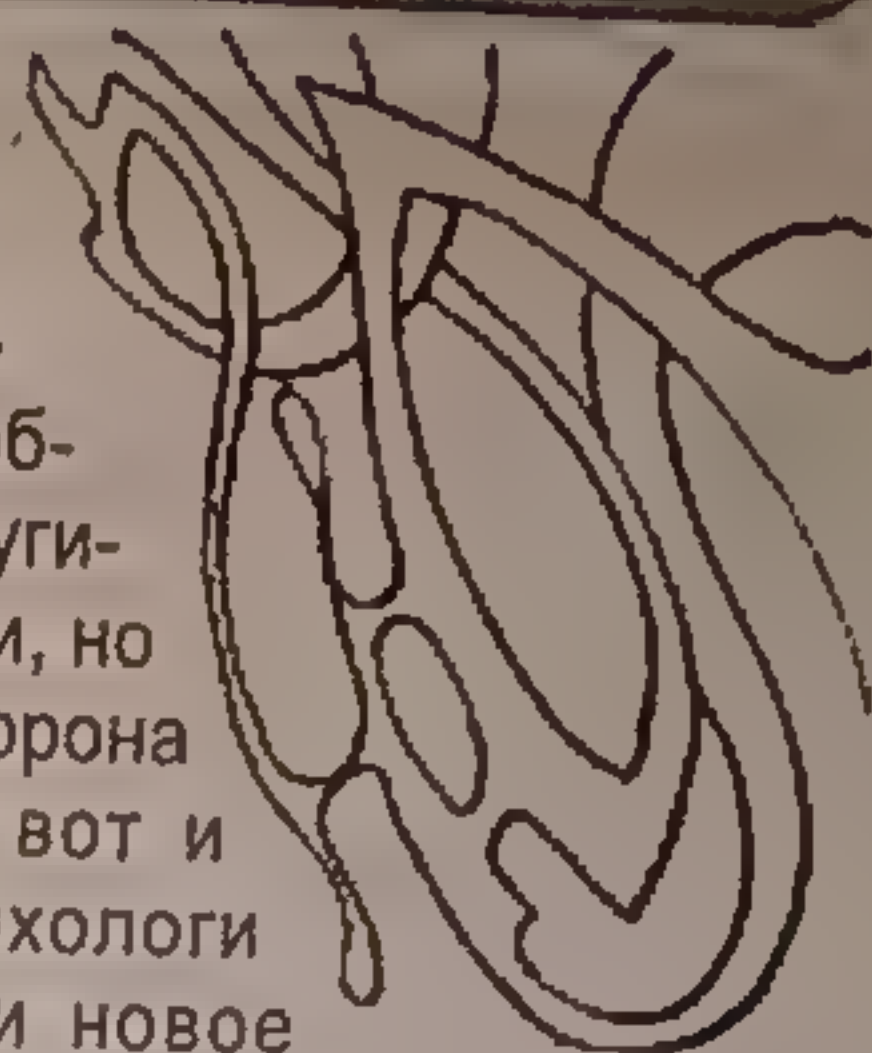
тей и подростков - на два метра больше.

Работая с компьютером, необходимо каждые два часа делать 10 - 15-минутный перерыв, чтобы размять кисти рук, посидеть в стороне от экрана с закрытыми глазами. Лучше не работать за монитором больше 6 часов в день.

ВИРТУАЛЬНЫЙ УДАР ПО СЕМЬЕ

Новая, или виртуальная, реаль-

нет, экономит массу времени и денег, особенно при общении с другими странами, но это одна сторона медали. А вот и другая: психологи обнаружили новое заболевание - компьютерную манию или зависимость от сети. Некоторым постоянным клиентам кибермира



собачку или кошечку?

Обратите внимание на «мышь» - пульт управления. В работе с современными программами ее роль чрезвычайно высока, вам придется постоянно двигать пульт и нажимать на нем кнопки. Между тем, кисть человека к такой (нагрузке совершенно не приспособлена. И результатом могут стать судороги, пронзающие как электрический ток, а затем и онемение руки от пальцев до локтя.

Маленькая «мышь» - не единственная часть компьютера, с которой надо работать осторожно. Очень внимательно надо отнестись к монитору, причем еще в магазине.

Увы, совершенно безвредных мониторов к настоящему моменту еще не создали. Все они пусть и с разной силой, испускают рентгеновское излучение, создают электрические и магнитные поля, хоть немного, но портят зрение. Поэтому вам лучше сразу запомнить некоторые правила организации рабочего места и не строить из себя трудоголиков.

Свет из окна должен падать сбоку, лучше всего слева.

Экран должен находиться на расстоянии не меньше полуметра от глаз, оптимальная дистанция - шесть-десять-семьдесят сантиметров.

Площадь рабочего места для взрослых должна оставлять как минимум 6 квадратных метров, для де-

ность - так окрестили искусственный мир, который создается с помощью компьютера. С простейшей формой виртуальной реальности - играми - сталкиваются все, кто работает на компьютере. Здесь огромный выбор - от банальных «крестиков-ноликов» до возможности повернуть вспять историю, играя за коммунистов в «Перестройке» или за Саддама Хусейна в «Буре в пустыне».

Все, кто может, от мала до велика, воздают должное виртуальной реальности, проводя часы за такого рода забавами. Многие фирмы уже забили тревогу и в приказном порядке запретили своим работникам устанавливать на компьютерах игры. Ученые установили: постоянно играющий человек попадает в зависимость от нового мира и приобретает способность погружаться в него часами, не замечая ничего вокруг.

Так что подумайте, стоит ли обзаводиться электронными игрушками, чтобы потом не проклясть тот день и час, когда было принято решение.

Другой момент - общение с кибермиром - глобальной электронной сетью Интернет. Сегодня многие фирмы, привлекая клиентов, бесплатно подключают к сети тех, кто приобрел у них модем и компьютер.

Интернет - штука полезная, слов

свойственно маниакальное стремление вновь и вновь погружаться в него и как можно реже выходить обратно. Воспаленные красные глаза, физическое истощение, рассеянность и неряшливость, психические срывы - вот основные симптомы болезни.

Специалисты в один голос утверждают: синдром привыкания к Интернету нуждается в лечении, так как он столь же разрушительно действует на организм, как алкоголизм или наркомания.

Справедливости ради надо отметить, что жертвами «сетевой» лихорадки, по статистике, являются примерно пять процентов пользователей Интернета. Но следует помнить, что через «романтический» период увлечения им проходят практически все начинающие пользователи сети.

Считается, в принципе, нормальным, когда новичок часами не отходит от экрана, норовит принимать пищу прямо перед монитором, а не за обеденным столом и слегка теряет ориентацию во времени. Все это симптомы первого восторга, они развеются через пару дней, максимум - спустя недельку-другую. Ну а если нет - болезнь налицо.

Так что будьте осторожны с компьютером. Удачи!

Владимир ХОЗИКОВ

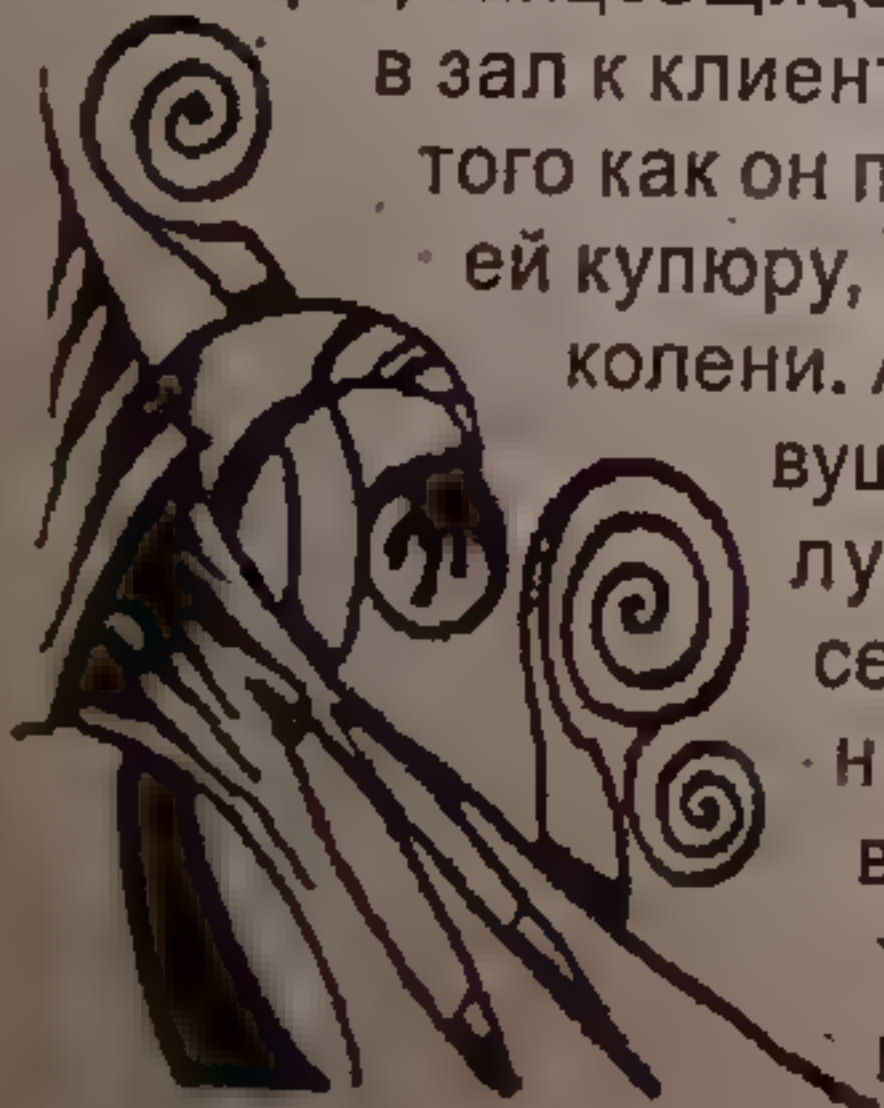
Не силой бери, а убеждением

Записки бывалого фельдшера



Инфаркт миокарда. Диагноз достаточно тяжелый и в нашей практике совсем не редкий. Так уж распорядилась природа, что болезнь эта преимущественно мужская, а женский пол защищен от сердечных катастроф лет до 55-60 из-за воздействия женских гормонов. Да и факторы риска развития инфаркта — малоподвижный образ жизни, курение, напряженный ритм, стрессы, переедание — тоже большей частью «мужские».

Конечно, не любая сердечная боль признак инфаркта, часто дело ограничивается просто временным спазмом сосудов — стенокардией. Но когда развивается резкая слабость, бледность, холодный пот, а лента ЭКГ-аппарата начинает вырисовывать характерную «кривую» — диагноз ясен. И мы везем их в кардиологию, забирая с предприятий, из учреждений, офисов, фирм и просто с улицы. Но случай, о котором хочется написать, отличается своей неординарностью. О нем еще долго вспоминали сотрудники кардиологической бригады. Известно, что посетители ночных клубов — это в основном люди молодые, имеющие деньги и коротающие вечера и ночи в клубной атмосфере танцев, бильярда за бокалом коктейля — отдыхая от душных офисов и студенческих аудиторий. В тот вечер скоротать время за просмотром стриптиз-программы решил один достаточно успешный бизнесмен 62 лет. Он впоследствии и стал пациентом кардиологической бригады. Во время исполнения одного из танцев, танцовщица спустилась



в зал к клиентам, и после того как он пожертвовал ей купюру, села ему на колени. А так как де-вушка была по-луобнажена, сердечко бизнесмена не выдержало такого накала стра-

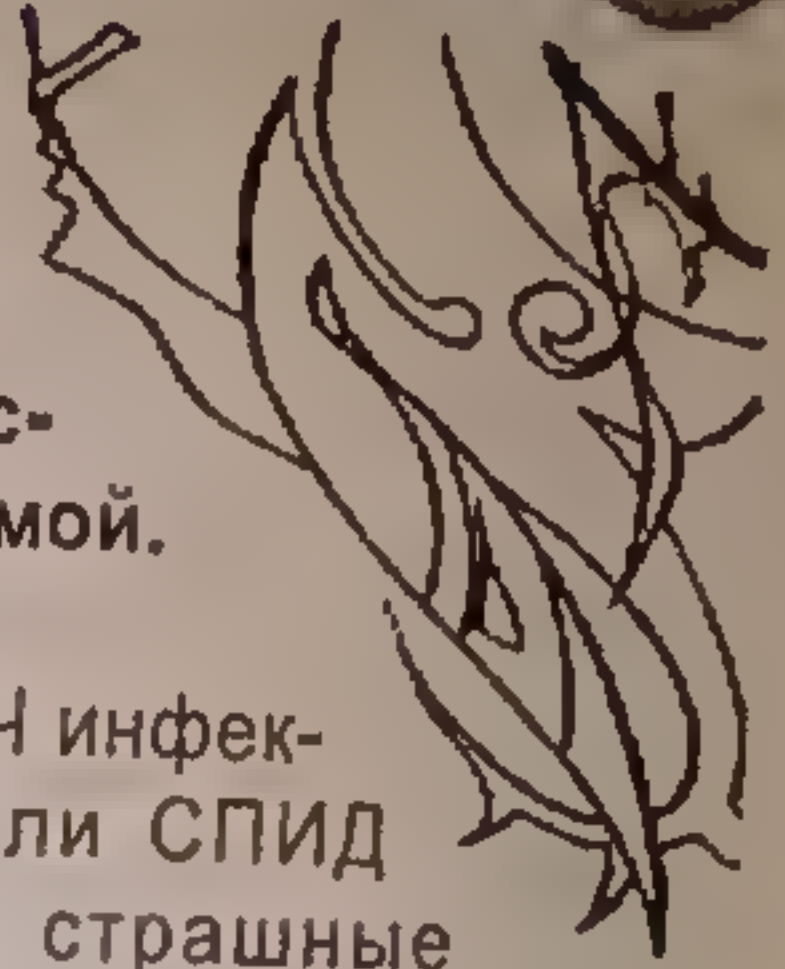
тей и отреагировало тем самым инфарктом — возраст сыграл свою роль. Программа, понятное дело, прервалась, все были в шоке, никто не ожидал такого поворота событий. Мужчине трудно было дышать, он дернул узел галстука, схватился рукой за сердце. Через 15 минут бригада была уже в клубе.



...На этот адрес нас вызвал охранник магазина, сказав, что дедушке плохо. Когда мы зашли в магазин, то молодой паренек-охранник показал нам сидящего в уголке на стуле дедушку — божий одуванчик и попросил прощения за обман. Дедушка ни на что не жаловался, пребывал в добродушном расположении духа, всему был рад и вероятно смутно соображал, что вообще происходит. По маленькой фигурке, впалым щекам, выцветшим глазкам было видно — ему лет под 90. Он просто зашел в магазин и решил там остаться, а на звонок охранника милиция прореагировала соответственно — они переадресовали его нам. Милиция давно «умыла руки» от бродячих стариков, да и мы должны заниматься только больными. Но в итоге все равно всех блуждающих стариков и старушек пристраивает «скорая» в дежурные терапевтические отделения. Часто в пожилом возрасте склероз мозговых сосудов достигает такой стадии, что вспомнить не могут не то что адрес и возраст, но и как зовут вообще. Кто-то называет это маразмом, но наш диагноз не такой обидный — атеросклероз сосудов мозга, деменция. Это показание на временное (пока не отыщутся родственники) пребывание в больнице.

В связи с этим хочется попросить родственников таких склонных к блужданию и потерявших память пожилых людей — пожалуйста, кладите им в карманы одежды записки с адресами и инициалами. Это облегчит нашу

работу, и старики, минувшая больница, будут доставляться домой.



ВИЧ инфекция или СПИД
Такие страшные

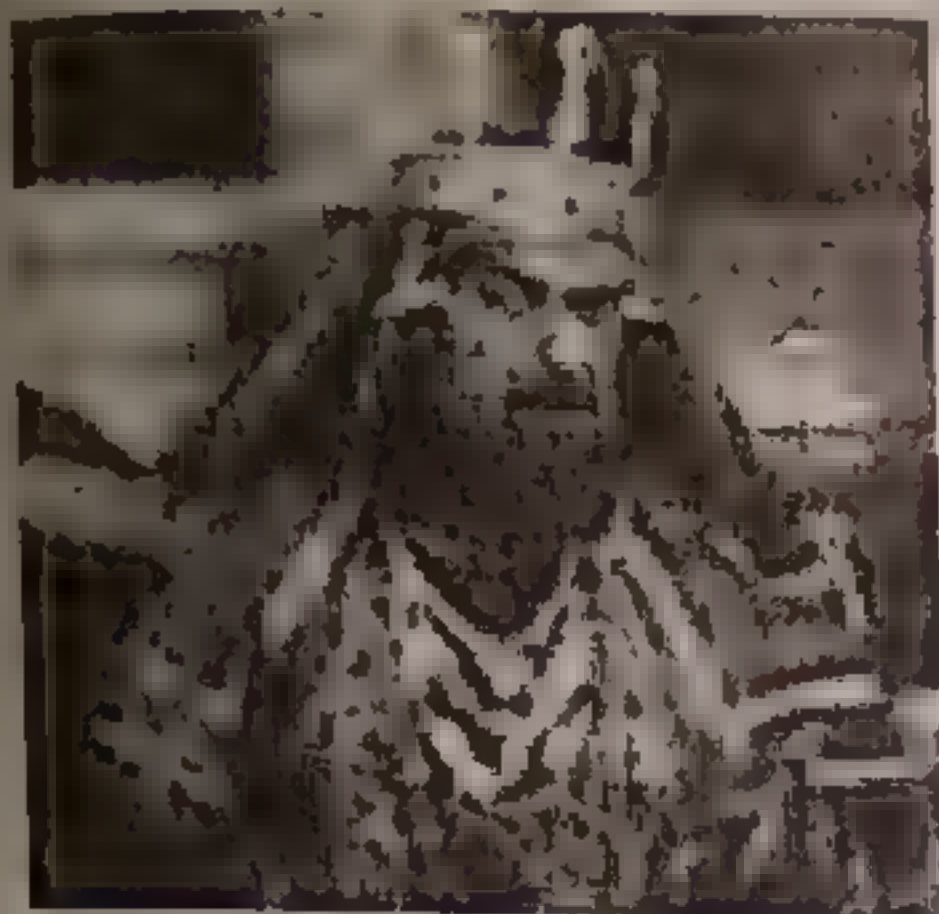
еще несколько лет назад названия, к сожалению, становятся обыденностью. Сотрудники «Службы 03» на вызовах сталкиваются с такими больными все чаще. Это и бывшие наркоманы, и студенты, зацепившие ВИЧ по глупости, и роженцы из неблагополучной среды. Когда 15 лет назад появились первые публикации о СПИДе в зарубежной прессе, никто и представить не мог, что столкнется с этим лично. Что из Америки, Африки инфекция распространится и дойдет до Украины. А особое ее коварство — заражаются ею незаметно, и десятилетиями протекает ВИЧ бессимптомно. Здоровый с виду и по самочувствию человек может быть источником заражения для окружающих.

Поэтому с недавних пор наш арсенал медикаментов «скорой» пополнился специальными костюмами с бахилами и очками, непрокаляемыми перчатками. Шприцы из стекла, которые применяли, постоянно стерилизуя, заменили одноразовыми, да и их после использования запаковывают в контейнер из пластика.

Поэтому хочется особо подчеркнуть, чтобы случайные свидетели аварии, травм, вскрытых вен, спеша оказывать помощь пострадавшим, не забывали о себе. Любой контакт с кровью — риск. Есть еще возбудитель вирусного гепатита. Передается он как и ВИЧ — при попадании на микротравму, ссадину на коже чужой инфицированной крови.

Оказывая помощь на улице — наденьте на руку целлофановый пакет (тонкий кулек) и только после этого останавливайте кровь.

Ирод Великий умер от гангрены половых органов



Американские медики поставили диагноз Ироду Великому спустя две тысячи лет после его смерти. Изучив работы древних историков, они пришли к выводу, что известный своей жестокостью правитель Иудеи умер от заболевания почек, которое было осложнено редко встречающимся в наши дни видом гангрены гениталий.

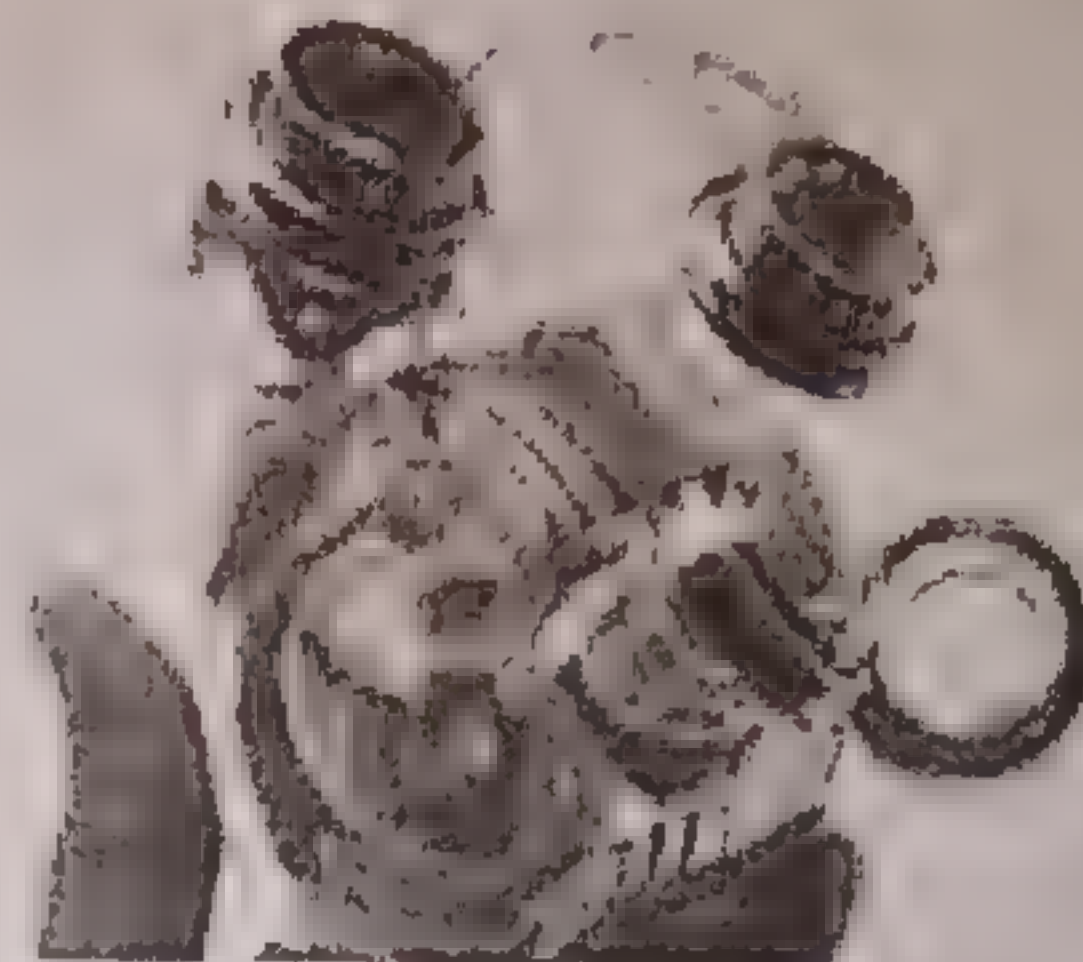
Автор этого ретроспективного диагноза доктор Ян Хиршманн (Jan Hirschmann) из штата Вашингтон, почерпнул информацию о симптомах, преследовавших Ирода в последние годы его жизни, из работ древних историков. Ирод страдал от зуда, болей в животе, одышки, судорог в конечностях и гангрены половых органов.

Историки сообщали, что в отмирающих тканях даже завелись личинки мух, хотя, по мнению Хиршманна, за них могли принять остатки кожи.

По мнению врача, болезнь могла распространиться на гениталии из брюшной полости (Ирод жаловался на боли в этой области), стать следствием инфицирования как осложнения гонореи. Кроме того, зуд, который не давал покоя правителю, мог привести к прямому заносу инфекции в половые органы.

Обсуждение диагноза Ирода, умершего в 4 году до нашей эры, прошло в пятницу на конференции в Медицинской школе Университета Мэриленда. Каждый год на повестку дня там выносятся вопросы здоровья того или иного исторического деятеля. В прошлый раз диагноз ставили римскому императору Клавдию.

Создана новая модификация искусственного сердца



Создатели первого полностью автономного искусственного сердца AbioCor, которое считают крупным научным достижением, внесли важное изменение в его конструкцию. Это сделано для того, чтобы уменьшить

риск образования сгустков крови, которые могут привести к закупорке артерий и инсульту.

По словам Эда Берджера (Ed Berger), вице-президента компании Abiomed, разработавшей сердце, изменения коснутся лишь одной детали. Только она, по мнению экспертов, может вызывать образование тромбов. Представители компании подчеркнули, что доказательств того, что именно эта недоработка стала причиной инсультов, нет.

В целом разработчики считают начальный этап испытаний удачным. Половина пациентов с искусственным сердцем еще жива, хотя для операции отбирали лишь тех, кто, по мнению врачей, не протянул бы без нее и месяца. Сердце AbioCor, по мнению экспертов, спасло пациентов там, где другие модели могли отказать.

Сейчас компания также работает над новой модификацией механического органа, который будет меньше по размерам. Дело в том, что из-за своей величины сегодняшний вариант AbioCor не может быть вживлен половине мужчин и четырем из пяти женщин. Испытания новой модели запланированы на 2004 год.

Британцы окончательно решат вопрос о вреде сотовых телефонов

Британские ученые приступают к реализации масштабной исследовательской программы, которая позволит окончательно разрешить спор об опасности или безопасности мобильных телефонов. Она будет профинансирована правительством Великобритании и производителями средств сотовой связи.

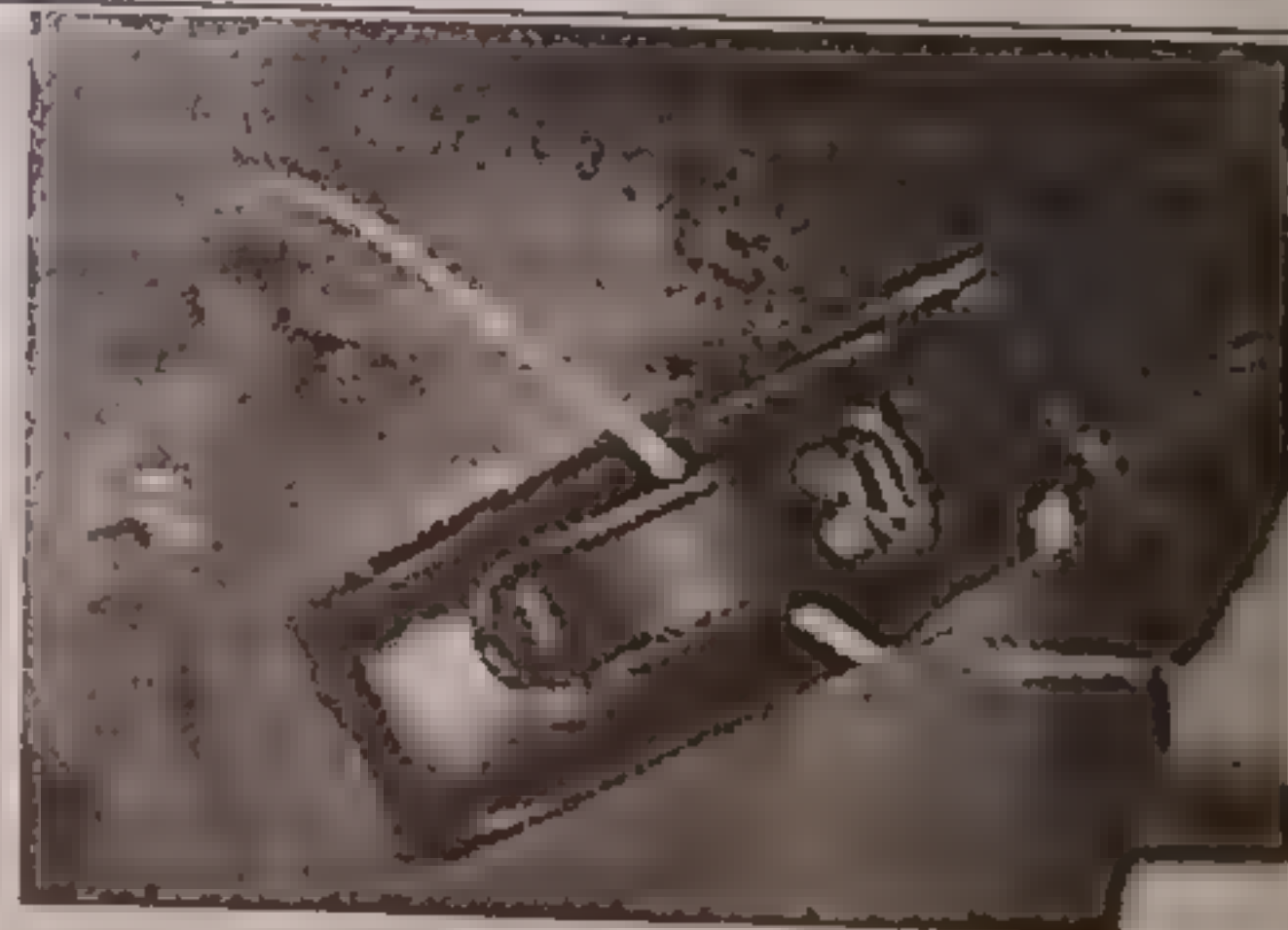
Ученым предстоит провести 15 отдельных исследований. Они будут оценивать связь между использованием мобильных телефонов и возникновением различных типов злокачественных новообразований, изучать влияние излучений на мозг и другие органы и системы человеческого организма.

Реализация проекта будет возложена на Программу мобильных телеком-

муникаций и изучения здоровья (MTHR), которую возглавляет Уильям Стюарт (William Stewart). По мнению ученых, использование стандартизированных методов сделает результаты более точными и достоверными.

Результатов не приходится ожидать в ближайшее время. Лишь одно из исследований планируется закончить в течение года, остальные займут два-три года. При этом руководители проекта отмечают, что к публикации промежуточных результатов работы будут подходить очень осторожно.

Одной из важнейших тем исследования станет вопрос о влиянии излучения мобильных телефонов на детский организм. По мнению экспертов, если среди пользователей сотовой связи есть



группа риска, то ее составляют именно дети. К исследованиям будут широко привлекаться добровольцы, но опытов на детях не будет.

На принятие программы повлиял отчет другой организации, которую в свое время возглавлял Стюарт. В 2000 году ученые сообщили, что радиоволны даже не превышающие существующих сегодня норм, могут оказывать влияние на живой организм.

Витамин А приводит к переломам бедра

Избыток витамина А, который многие женщины получают с мультивитаминами и витаминизированными продуктами, может неблагоприятно отразиться на здоровье. К такому выводу пришли ученые под руководством эпидемиолога Дайан Фесканич (Diane Feskanich) из Бостона, которые установили, что витамин приводит к переломам бедра.

В исследовании приняли участие 70 тысяч медсестер в возрасте от 34 до 77 лет. За 18 лет в этой группе было зарегистрировано 603 случая перелома бедра. Оказалось, что риск для женщин, принимавших не менее 2000 микрограмм витамина, был почти в два раза выше, чем для тех, в чьем ежедневном рационе его было не более 500 микрограмм.

Ученые также отметили, что риск переломов для женщин, которые специально принимали добавки с витамином А, был на 40 процентов выше, чем для тех, кто получал витамин лишь с обычной пищей. Все это касается лишь истинной формы витамина А - ретинола, но не относится

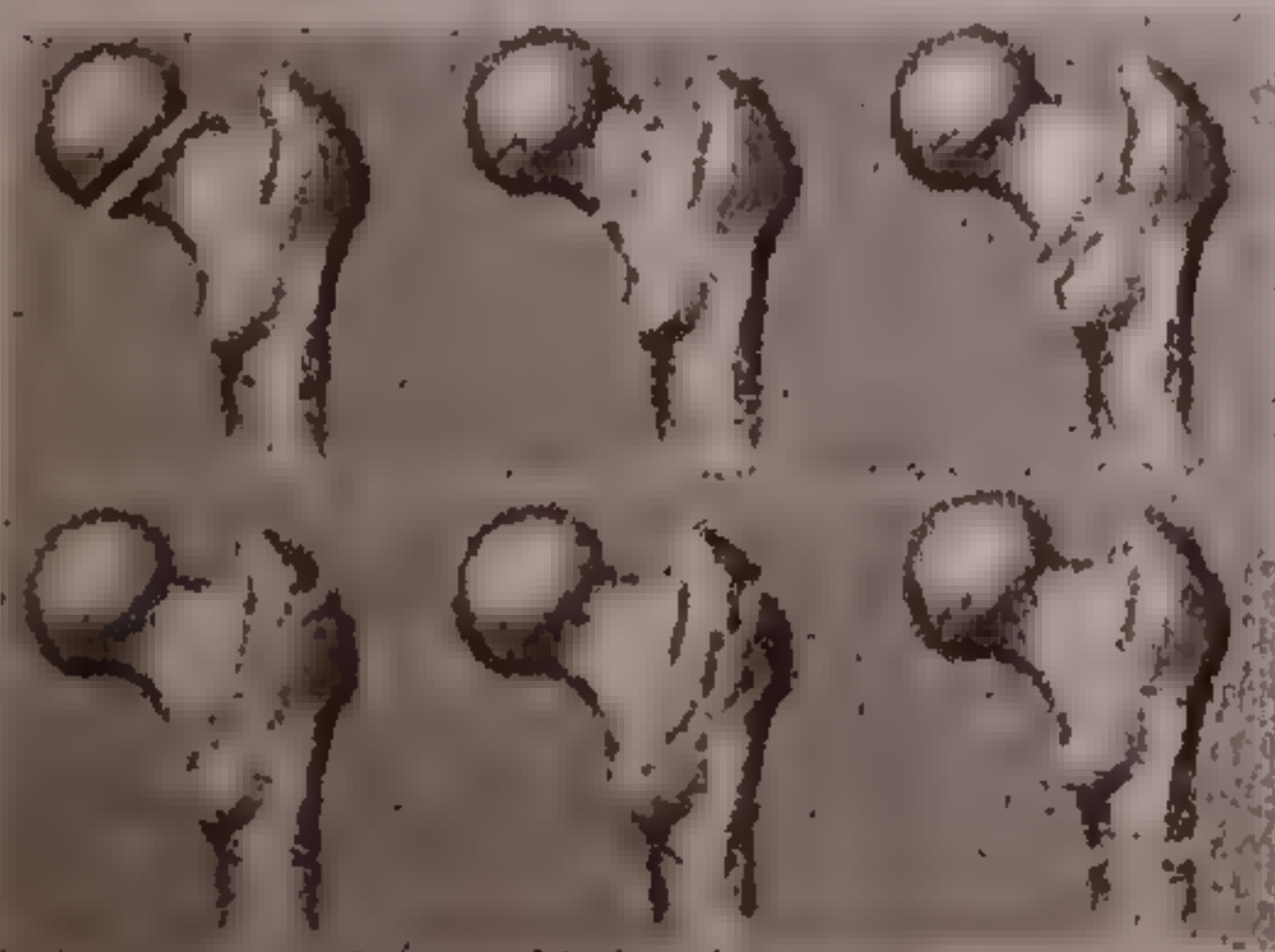
к бета-каротину, который превращается в ретинол в организме.

Возможное объяснение этого факта исследователи видят в том, что витамин А нарушает функцию витамина D по удержанию кальция для формирования костной ткани. По словам Дайан Фесканич, предыдущие исследования показали, что витамин А воздействует на клетки, которые отвечают за перестройку костной ткани.

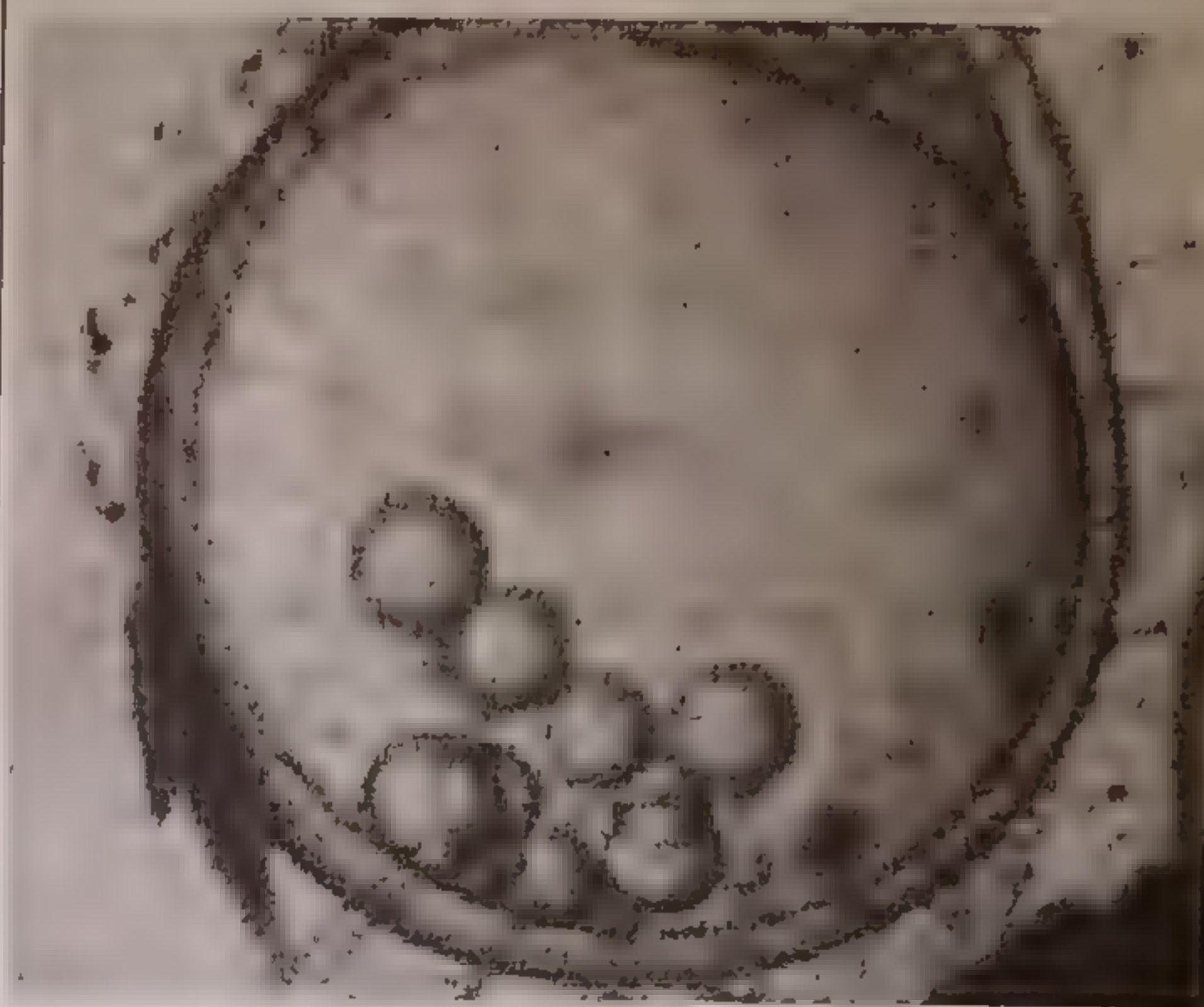
Американский Институт Медицины, частное учреждение, которое устанавливает стандарты, приняло за норму потребления витамина 700 микрограмм в сутки, однако большинство производителей витаминных добавок пользуются старыми стандартами Управления по пищевым продуктам и лекарствам (FDA), которые устанавливают норму в 1500 микрограмм.

Некоторые ученые, в том числе представители группы компаний, производящих пищевые добавки, назвали выводы исследования неубедительными. Однако, по мнению многих экспертов, дозы витамина А во

многих мультивитаминных препаратах надо изменить или покрывать большую часть потребности в витамине за счет бета-каротина.



Авторы клона человека научились создавать любую ткань из яйцеклетки



Компания Advanced Cell Technology объявила о первом успешном клонировании человека. Совместно с учеными из Университета Wake Forest, специалисты компании разработали технологию, позволяющую создать практически любую клетку тела.

Для этого исследователи создали линию стволовых мультипотентных клеток, которая была названа супо-1. Эта линия, которая поддерживается в лабораторных условиях уже в течение 10 месяцев, была создана из клеток обезьян благодаря процессу известному как партеногенез, или неполовое размножение.

Среди других клеток, полученных на основе этой линии, были и нервные клетки, вырабатывающие дофамин. Это, по словам профессор Катлин Грант (Kathleen A. Grant) и Кента Врана (Kent E. Vrana) из Университе-

та Wake Forest, является самым замечательным достижением. Получить такие клетки из стволовых еще не удавалось.

В перспективе эта технология может найти применение при лечении различных заболеваний и последствий травм, например, болезни Паркинсона (при ней поражаются именно вырабатывающие дофамин клетки мозга), болезни сердца, диабета. Выращивая специализированные клетки можно заместить почти любой дефект.

В отличие от клонирования, партеногенезом называется процесс, когда эмбрион начинает развиваться из неоплодотворенной яйцеклетки. При этом получается нежизнеспособный зародыш, который может делиться до 50-200 клеток. Использование стволовых клеток из этого зародыша позволит решить многие проблемы.

Гриппозная вакцина защищает от инсульта

Обычная прививка против гриппа защищает не только от вируса, но и от инсульта. К такому выводу пришли французские ученые, которые обследовали группу больных, перенесших инсульт, и сравнили их со здоровыми людьми. Они выяснили, что вакцинация снижает риск приблизительно на 40 процентов.

Как пояснил один из авторов открытия Пьер Аморенцо (Pierre Amarenco) из Университета Дени Дидро (Denis Diderot), ранее уже было доказано, что некоторые инфекции могут приводить к формированию тромбов в артериях. Они могут закупоривать просвет сосуда, оставляя орган без крови, и приводить к инсультам и инфарктам.

Поскольку грипп часто осложняется более серьезными инфекциями, исследователи решили выяснить, не влияет ли его профилактика на предупреждение инсультов. Они отобрали 90 человек в возрасте 60 лет и старше, которые поступали в больницу с инсультом. На каждого больного также подбирали двоих здоровых людей для сравнения.

После того, как были учтены традиционные факторы риска сердечно-сосудистых заболеваний, такие как возраст, пол, курение, вес, наличие диабета, артериальной гипертензии и высокого уровня холестерина в крови, оказалось, что те, кто пострадал от инсульта, реже прививались от гриппа.

Ученые выяснили, что в год перед опросом вакцинацию проходили 59,4 процента людей из контрольной группы, и лишь 46,7 процента людей, перенесших инсульт. Также, 56,1 процента здоровых сообщили, что прививались последние пять лет, а среди больных подобным достижением смогли похвастаться лишь 41,1 процента.

Исследователи отметили, что защитный эффект вакцины заметно снижался в возрасте старше 75 лет. Они предположили, что традиционные факторы риска, например, высокое артериальное давление, выходят у пожилых людей на первый план.

Авторы статьи, которая появится в



февральском номере Stroke: Journal of the American Heart Association, признали, что закономерность можно объяснить не только влиянием вакцины. Возможно, что люди, которые делают прививку, в целом больше заботятся о своем здоровье, вот почему у них реже случается инсульт.

Окончательно разобраться в этом вопросе помогут более масштабные исследования, которые уже входят в планы ученых. В ближайшее время профессор Пьер Аморенцо с коллегами собирается расширить исследование до тысячи больных и двух тысяч человек из контрольной группы.

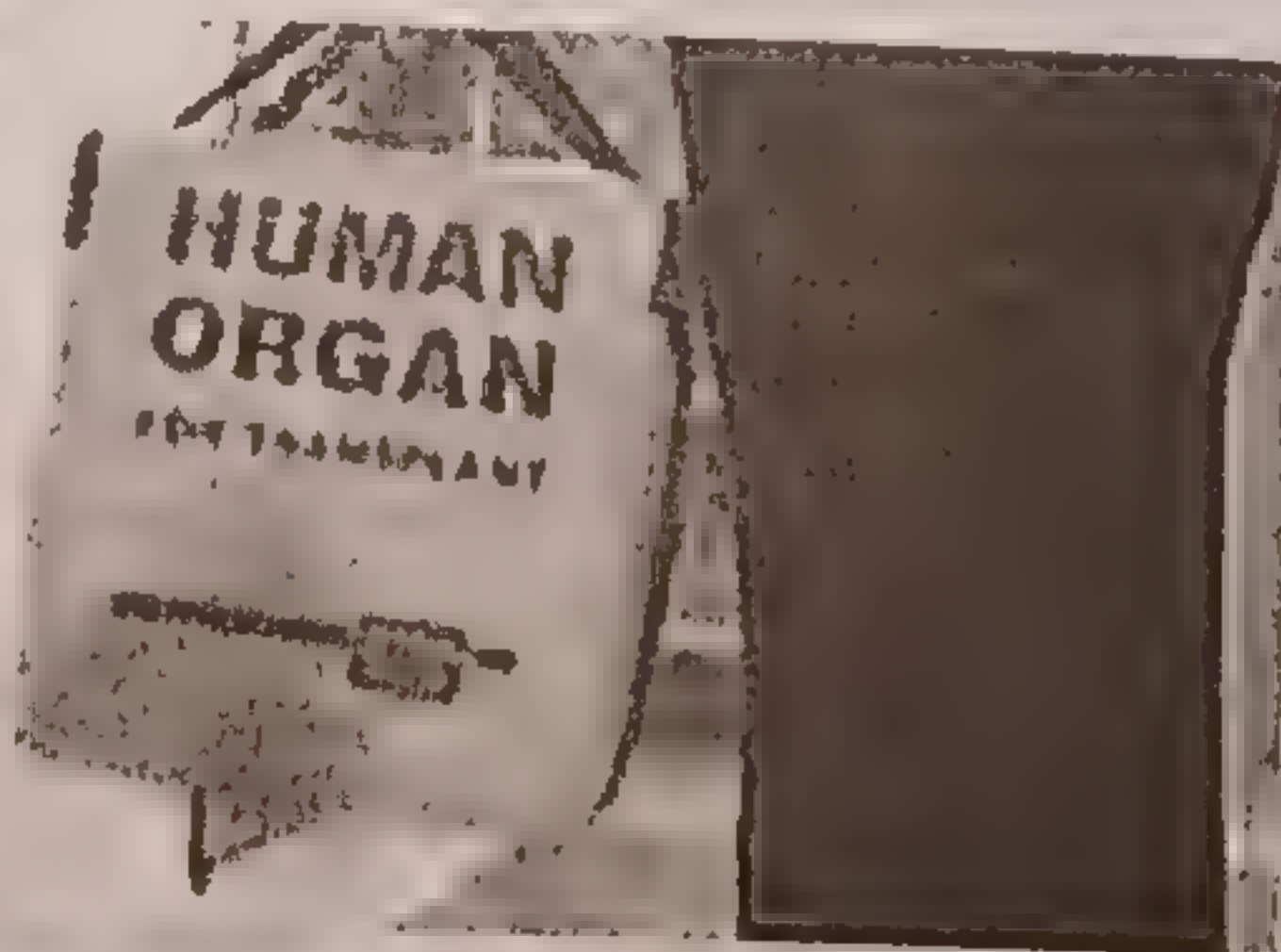
Американцы научились годами хранить органы для пересадки

Американские ученые научились замораживать целые органы для последующей пересадки. Ранее уже проводились эксперименты по сохранению участков живой ткани при низких температурах, однако при оттаивании целых органов их структура повреждалась.

Исследователи из Медицинской школы Восточной Вирджинии успешно пересадили крысе замороженные ранее органы. В ходе эксперимента они удаляли у крыс яичники, замораживали их в жидком азоте, а затем приживляли животным, которые были генетически идентичны «донорам».

Руководитель исследования про-

фессор Роджер Госден (Roger Gosden) отметил, что пересаженные яичники после разморозки работали не так хорошо, как у полностью здоровых животных, однако в половине случаев наблюдалась нормальная овуляция, а одна крыса даже забеременела.



Исследователи полагают, что замораживать и сохранять можно и человеческие органы, хотя это и связано с некоторыми трудностями из-за их больших размеров. Но в случае пересадки человеческих органов хирурги столкнутся с меньшими проблемами во время операции из-за большого диаметра сосудов.

Благодаря новой технологии женщины, ранее обреченные на бесплодие, смогут иметь детей. Можно, например, удалить и заморозить яичник перед проведением лучевой терапии рака, а затем вернуть его на место. Если не делать этого, то радиоактивное излучение сделает женщину бесплодной.

Закон достойных - творить и не ссориться

Уважаемая редакция!

Спасибо, что вы есть, дай Бог вам процветания и здоровья всем работникам газеты. Ведь благодаря вашей газете я живу на свете и вкушаю радости жизни.

Когда в №24 за декабрь 2000 г. в вашей газете я прочитал статью, где одна женщина благодарила народную целительницу по кожным болезням — Айвазову Людмилу Леонтьевну, что она ее вылечила от такой страшной болезни, как лейкоплакия, я также решил к ней обратиться за помощью.

Мокнувшей экземой я проболел более 15 лет, также где только не лечился и долечился до того, что стал инвалидом. Ногами совсем не мог ходить, по квартире передвигался на костылях.

К Людмиле Леонтьевне меня в прямом смысле слова принесли на руках. Она взялась меня лечить, но ска-

зала, что лечение будет длительным. Я был согласен на все — лишь бы вылечиться. Ведь у меня семья — двое детей, их надо растить и кормить, по этому мне надо работать. Значит — надо вылечиться.

Я лечился строго по той рекомендации, которую дала мне Людмила Леонтьевна и вылечился за 4 месяца.

Сейчас я здоровый человек, инвалидность сняли и уже полгода, как я работаю, и это все благодаря Людмиле Леонтьевне.

По этому мне хочется отблагодарить ее через вашу газету. Желаю ей счастья, здоровья и долгих лет жизни.

Надеюсь ее помощь понадобится многим больным, которыми переполнены больницы: г. Теплогорск, Луганской обл., дом 13, кв. 5. Тел.: 6-43-40.

С уважением Селезнев Павел Иванович.

Нам лишут...

Недавно отослала письмо и фотографии, но хочется писать снова и снова. Возможно, мои письма помогут кому-то изменить свою жизнь. Возродиться к новой. И пусть мой рассказ станет тем ручейком, что ведет к добру, т. к. хочу поведать именно о таком Человеке.

Эта удивительная женщина, Велева Мария Леонтьевна, из Одесской обл. умудряется не просто выживать в этой нелегкой жизни, но полноценно жить, победив смертельный недуг. Именно потому, что она сильная личность, что никогда не ноет, не опускает рук перед иронией судьбы, что она человек-борец, именно потому она и выжила. Пять лет серьезной борьбы со смертельной коварной болезнью не пропали зря. Вот цитата из ее письма:

- Пять лет моя болезнь и смерть стояла с пистолетом у моего виска и грозились вот-вот выстрелить. Врачи признали у меня рак матки и желудка. Когда меня выписывали из больницы, наверное умирать, была вся почерневшая и страшная. Врачи сказали, что они сделали все, что умели и что смогли. Но эта смелая женщина не сдалась, не опустила руки, а продолжала бороться. Только она может порассказать, что ей пришлось применять для улучшения своего состояния.

Три года назад в моей телефон-

ной трубке прозвучал встревоженный голос, в котором прослушивалось и надежда: - Слышала, что Вы можете помочь приобрести настоящую спину, которая лечит онкологию. У меня скоро должна родиться внучка, и мне так не хочется умирать. Увидеть бы внученьку.

Я сделала все, о чем просила женщина. Прошло время, и вдруг получаю письмо от Марии Леонтьевны: Благодаря природе, Богу и таким людям, как Вы, Галина Семеновна, я осталась жива, нянчу внучку и лечу людей. Когда пришла к докторам, которые меня лечили, они не поверили, что это я, стали расспрашивать чем и как я лечилась. Думали, что уже нет в живых. — Вам надо поставить золотой памятник, — сказала лечащий врач, — что Вы сумели выкарабкаться из этой страшной болезни. Будем направлять к Вам онкобольных. Рассказывайте и лечите их.

- Вы, Галина Семеновна, мой ангел-спаситель. Огромное Вам спасибо, живите долго помогайте людям, писала М. Л. В письмах она рассказывала, что ведет активный образ жизни. Начала с подворья: разбила клумбы, засеяла цветами. Сальвии у нее выросли в метр высотой. Потом сын начал свое «дело» и она активно ему помогала. А главное, к ней потянулись люди, больные, у которых появилась надежда, желание

выжить. Ведь как бы ни хотел врач, целитель помочь человеку, но без его помощи это не удастся. «Помоги мне помочь тебе», — когда-то умный человек сказал мне такие слова. И я постоянно следую этому девизу.

Мария Леонтьевна выписывает целительные газеты, у нее множество рецептов медицины, которыми она щедро делится с желающими их приобрести. Она создала свой уютный автономный мир и несет в себе такую гармонию, что с ней светло и радостно всем окружающим. Она не хочет быть только сама здоровой и счастливой, если вокруг столько горя и беды. С открытым и искренним сердцем она помогает людям добраться до счастливого берега. Адрес этой удивительной женщины: Велева Мария Леонтьевна, ул. Б. Хмельницкого, дом 24, г. Измаил, Одесской области. Напишите ей, кому трудно. Эта женщина имеет опыт лечения очень серьезных недугов не понаслышке и она поможет Вам от чистого сердца.

Я тоже обещаю помочь, кто в этом нуждается. Будьте здоровы, счастливы и богаты. С уважением и признательностью Галина Семеновна Скляр, с. Лука Лохвицкого района, Полтавской области. Тел. (05356) 9-51-47.

КОНКУРС ДЛЯ ПОДПИСЧИКОВ

Условия

Участвуют читатели газеты, подписавшиеся не менее чем на 6 месяцев.

1. Необходимо собрать отрывные талоны газет с №1 по №6 за 2002 год (итого 6 штук.)

2. Заполнить *произвольно* клеточки ☒ ☐

ОТРЫВНОЙ ТАЛОН

№ 3

3. В этом номере мы публикуем *особый купон*, в который необходимо в произвольном порядке наклеить все отрывные талоны и выслать в редакцию по адресу: **83087, г. Донецк, а/я 2314, (в России - 111141, г. Москва, а/я 473, Краснобельмова Н.Б.)**, вместе с копией квитанции о подписке.

4. Все победители будут награждены главным призом: «ЛЮСТРОЙ ЧИЖЕВСКОГО».

Поздравляем победителей IV этапа конкурса для подписчиков (2001 год)

Все победители награждаются люстрами ЧИЖЕВСКОГО

1. Антонова В. К., г. Луганск
2. Крюков Г. П. г. Луганск
3. Леонтьева М. К. г. Солцедар
4. Ткачук Л. П. г. Ровно
5. Этихова Л. П. пгт. Совецкий

Подарки будут высланы победителями по почте.

Конкурс продолжается, играйте и выигрывайте. Удачи Вам!

Внимание!

Простое прочтение нашего издания до конца, уже способствует Вашему изменению, ведь Вы вступили в связь с благоприятной целебной энергетикой.

Это Ваш первый шаг к успешному завершению всех Ваших начинаний на пути улучшения Здоровья, Успеха, Счастья, Любви!

Редакция

Самоисцеление и долголетие № 3

ПАРОЛЬ «НАСТРОЙ НА ВЫЗДОРОВЛЕНИЕ»

Дата рождения

Имя

Пароль

ПАРОЛЬ «СНИЖЕНИЕ ИЗБЫТОЧНОГО ВЕСА»

Дата рождения

Имя

Пароль

ПАРОЛЬ «ДЛЯ ЖЕЛАЮЩИХ БРОСИТЬ ПИТЬ»

Дата рождения

Имя

Пароль

ПАРОЛЬ «ЛЮБОВЬ»

Дата рождения

Имя

Пароль

ПАРОЛЬ «СЧАСТЛИВОЕ ЧИСЛО»

Дата рождения

Имя

Пароль

ПАРОЛЬ «НА ДЕНЬГИ»

Дата рождения

Имя

Пароль

Слова-пароли - это фактор поддержки своего психометрического кредо в момент преодоления тех или иных препятствий в достижении успехов при движении к желанной цели.

Чтобы заработать пароль, он должен быть индивидуален и его лучше четко астрологически и энергетически определить.

Мы можем помочь Вам в этом, если Вы вырежете вышеприведенный купон и вышлите на наш адрес вместе с почтовым переводом на 5 гривен за каждый пароль (в случае заказа 3-х паролей стоимость составит 12 грн., 6-ти - 22 грн.).

Для России: стоимость услуги - 25 руб. за каждый пароль (в случае заказа 3-х паролей стоимость составит 60 руб., 6-ти - 110 руб.).

Льготы для подписчиков газеты: в **Украине** стоимость услуги 2 грн. за каждый пароль (в случае заказа 3-х паролей стоимость составит 5 грн., 6-ти - 10 грн.). **В России** 15 руб. за каждый пароль или 25 руб. - за 3 пароля и 48 руб. за 6 паролей. **Только не забудьте выслать также копию квитанцию о подписке.**

Деньги переводить по адресу:

В Украине: 83087, г. Донецк, а/я 2314, Колесник Ксении Станиславовне.
В России: 111141, г. Москва, а/я 473, Краснобельмовой Нине Борисовне.

В конверт не забудьте вложить конверт с обратным адресом. Помните! Что Ваше личное благополучие находится только в Ваших руках, и, используя наши советы, достичь его не составляет особого труда!

ДЕНЬ СВЯТОГО ВАЛЕНТИНА

С рассвета
в Валентинов день
Я проберусь к дверям
И у окна согласье дам
Быть Валентиной Вам.

В. Шекспир

Вначале была любовь

Музыканты и поэты, художники и писатели из года в год, из столетия в столетие обращаются к вечной теме любви, потому что это чувство связывает все живое на Земле, помогает в трудные минуты, согревает душу. Романтичная и нежная, робкая и страстная, преданная и безответная... — какой разной бывает любовь... Она может дарить радость и причинять боль. А еще наполняет нашу жизнь смыслом. Без нее пусто даже самому благополучному и преуспевающему человеку. Любовь — это то, с чего начинается человек.

День святого Валентина, международный день влюбленных и любящих.



Имя Валентина пришло в Россию из древнего Рима, оно стало символом влюбленных. Моду на День святого Валентина, покровителя влюбленных, ввели у нас преподаватели английского языка. Первым о нем упомянул Джеффри Чосер, автор «Кентерберийских рассказов».

К нам этот праздник поступался в двери школы в 80-е годы, с опозданием на сотни лет. Так что же нам мешает устроить пусть не всенародное, но оттого не менее вдохновенное ликование по личным мотивам.

Итак, данный праздник для всех (ведь влюбленные должны быть в принципе все нормальные люди — это сугубое свойство человеческой натуры), но главным образом это праздник для молодых.

День святого Валентина или День влюбленных. История его необычайно романтична, а название свое этот день получил по имени христианского мученика — Валентина, приговоренного римскими язычниками к смертной казни. Несмотря на жестокие обстоятельства и близкую кончину, Валентин не переставал думать о своей возлюбленной — дочери тюремщика, и послал ей исполненную любви и нежности записку. Позднее церковь причислила его к лику святых, а влюбленные выбрали своим покровителем. Существуют две версии празднования Дня святого Валентина именно, 14 февраля. По одной из них, в этот день в языческие времена устраивался своеобразный молодежный фестиваль (от лат., festivus — веселый, праздничный). Девушки бросали в сосуд красиво оформленные — письма, а юноши тянули их как лотерейные билеты, и таким образом выбирали себе друга и подругу на следующий год. А по средневековой легенде, в этот день подбирают себе пару птицы, и леса наполняются звенящими птичьими голосами. Позднее избрание возлюбленной или возлюбленного превратилось в одно из традиционных развлечений в Валентинов день, которого ожидали с волнением и тре-



петом. Юноша в ночь накануне ходил под окном возлюбленной, из которого на заре девица должна была окликнуть его, назвав своим Валентином. Девушка, соответственно, волновалась о том, чтобы у окна был тот, кого она желает, а некоторым бедняжкам приходилось беспокоиться, чтобы пришел хоть кто-нибудь. Только после того как девица назвала его своим Валентином, юноша был вправе поднести свой заранее выбранный дар. Подарок готовился очень тщательно.

Традиция писать в День святого Валентина послания дошла и до наших дней. Написав своей возлюбленной трогательные слова любви, святой Валентин не мог и предположить, что они превратятся в огромное количество любовных записок в стихах и прозе, серьезных и шуточных, от юных к юным и от пожилых к пожилым. Ведь, как известно, — любви все возрасты покорны! Своеобразными поздравлениями к Валентинову дню стали и объявления в газете как с выражением любви и даже с предложением руки и сердца, так и шуточные, часто зашифрованные послания, ключ к которым знают только посвященные.

Помимо писем, делаются соответствующие случаю подарки. День святого Валентина — счастливый день не только для влюбленных, но и для коммерсантов. Магазины, специализирующиеся на продаже открыток и сувениров, необычайно рады тому, что старая традиция жива и по сей день.

В Украине: рег. уд. КВ 2847 от 3.10.97

Учредитель и главный редактор КОСТАНДА С. Я.

В России: рег. № 018633 от 25.03.99

Учредитель Мозжухина А. Н.

Издатель и редактор: Краснобельмова Н. Б.

111141, г. Москва а/я 473

Издатель: Агентство "ИСКРА", телефон: 55-56-11

Адрес для писем: 83087 г. Донецк, а/я 2314

E-mail: kostanda@mail.ru; iskra_ua@yahoo.com

http://www.zona.com.ua/www/index.htm

Главный редактор КОСТАНДА С. Я.

Отпечатано в типографии Михайлово г. Смоленск

Тираж 8 000 экз. Общий тираж 17 100 экз.

Мнение авторов может не совпадать с мнением редакции. Перепечатка статей — с разрешения редакции.
Рукописи не возвращаются. Просьба: не использовать газету в хозяйственных целях.
Если она вам не нужна, подарите ее друзьям или соседям.

САМОИЩЕЛЕНИЕ ДА ОЛГОЛЕТИЕ

Основана в 1994 году, выходит 2 раза в месяц

Подписной индекс:

для Украины 41332
для России 79671

Солнечные ожоги



Если у вас под влиянием солнца возникли ожоги, то сделайте следующее:

1. Утром протрите обожженные места заваренными овсяными хлопьями, растертыми как для маски, затем ополосните их холодной водой. На слегка влажное лицо положите толстый слой жирного увлажняющего крема, слегка постукивая подушечками пальцев по обгоревшим участкам. Повторите процедуру 2-3 раза. С кожей под глазами проделайте то же самое (пропитайте кремом).

2. Вечером вымойте лицо и тело прохладной водой (дождевой, кипяченой или смягченной борной кислотой) с детским мылом, потом слегка влажное тело и лицо смажьте косметическим молочком (или сливками), когда оно впитается в кожу, смажьте обожженные места питательным кремом.

3. Протрите тампоном, смоченным в морковном соке, лицо, шею, плечи. Потом вотрите в кожу немного косметического молочка, увлажняющего крема или масла.



ПОТЕТЬ - НЕ ВРЕДНО, ВРЕДНО - НЕ ПОТЕТЬ

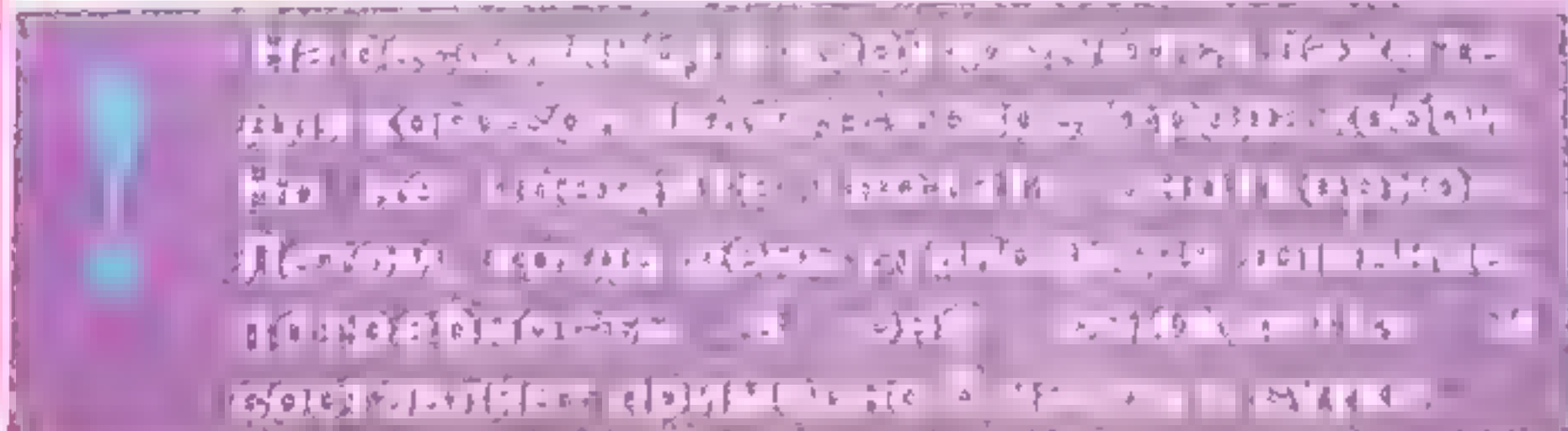
Хотя это и выглядит не очень эстетично, на самом деле выделение пота - это вполне естественный и здоровый процесс. Влажная кожа быстрее охлаждается воздухом. Люди, которые мало потеют, в жаркую погоду могут даже пострадать от перегрева - им следует пить больше жидкости.

Прибегать к помощи антиперспирантов, которые просто-напросто закрывают поры и тем самым предотвращают потоотделение, не рекомендуется. Длительное пользование такими средствами может вызвать раздражение кожи и воспалительные процессы.

А вот дезодоранты не дают размножаться бактериям во влажной теплой среде. Пользоваться ими не возбраняется.

Когда в доме становится невыносимо душно, занавесьте окна мокрыми простынями или полотенцами.

Начиная с 28 градусов занятия спортом не рекомендуются из-за большой нагрузки на систему кровообращения и сердце. Поэтому тренироваться можно только рано утром или поздно вечером. Если вы хотите держать себя в форме, идите в бассейн или на море (реку) - плавание даст вам все необходимое.



КАК ВОССТАНОВИТЬ ГОЛОС

В летний полдень так приятно выпить стакан ледяного напитка или бокал холодного пива. Увы, эта процедура чревата тем, что, распаленное на жару горло может не выдержать резкой перемены температуры. Вы потеряли голос. Что делать? Я поступаю очень просто - так, как меня научила моя учительница, которая преподавала в нашей школе. Пью специальный отвар.



Анисовые зерна можно купить в аптеке. Рецепт следующий: полстакана анисовых семян залить стаканом воды и кипятить 15 минут. Затем семена выбросить, а в отвар добавить четверть стакана меда и снова закипятить. Снять с огня, добавить 1 ложку коньяка или водки. Пить по 1 ст. ложке каждые полчаса. Голос быстро восстанавливается.

Г. НИКОНОВА г. Макеевка

СЛОВО К ЧИТАТЕЛЮ

№ 13 (июль) 2002 год
В номере:

Слово к читателю Приглашаем к диалогу	2
Клуб феноменов Что рассказал народный целитель	4
Хотите верить... Гуру	6
Уроки интимной жизни Сексуальное здоровье	7
Рецепты народных лекарей Аденома и простатит	8
Народная медицина Как победить боль в спине	10
Письма читателей	11
Сектанство Древние ереси оживают	12
Магия: история, традиции Не сыпь мне соль на раны	14
Паутина алкоголизма Зачем вы, девочки... ..	15
Консультации специалиста Крепкий тыл важен для всех	16
Народные рецепты Вверх и вниз	18
Когда «крутит» суставы	19
Мы все потребители Капля молока на ногте	20
Наркомания Доза по пейджеру	21
Кроха Для начинающих мам	22
Небезопасный котенок	23
Чудо-травки Крапивотерапия	24
Лепчатка серебристая	25
Красота и здоровье Будьте ягодкой опять	26
Лечебное питание Что есть что	27
Доктор интернет	28
Алло, скорая	29
Обратная связь Нам пишут	30
Полезная страничка	31
Астрологический прогноз Маленькая ошибка может обернуться большими убытками	32

На написание этой статьи
меня подвигнул
телефонный звонок,
раздавшийся в редакции
пару недель назад. Весьма
неприятный голос уже
немолодого человека
радостно сообщил, что на
странице №... имеется
ошибка...

лизаторам порядка 50 экземпляров «СД». На следующий день многие поделились своими мнениями. Не стану только приводить имен и фамилий. Они, в сущности, не так уж важны, а мнения, хоть и не всегда совпадают и не всегда желательны, но человек прочитал газету, и это само по себе хорошо.

Мне газета понравилась, в первую очередь, своей полезностью. Много нужного и интересного.

Приглашаем

Человек на другом конце провода просто кипел от радости, выливая на меня потоки словесной грязи и обещая больше не покупать нашу газету... Ошибочка действительно имела, за что я обязан извиниться перед читателями, а обладателю зловредного голоса объяснил, что у нас сегодня появилась масса белинских и куда-то напрочь исчезли гоголи. Но кое-какие мысли разговор по телефону в моей душе заронил. Неужели есть люди, которые читают газеты, чтобы только найти ошибку, стихи — чтобы отыскать неверную рифму, а в бардовской песне слышать лишь пять аккордов? Увы — есть. Мало, но есть. Может тот, кто действительно черпает из газет знания, просто не обращает внимания на незначительные ошибки, ему важен текст, а не пропущенная запятая? Следовательно, — решил я, — нужно идти «в народ», слушать мнение читателя. А где сейчас поглядеть на людей в массе? В отличие от булгаковского Воланда, разглядев в твоем ватном публике в театре-варьете, я отправился на центральный колхозный рынок Денежка. С результатами своего похода, уважаемые читатели, спешу вас ознакомить. Да, кстати, проведя экспресс-опрос, я на том же рынке раздал торговцам и ре-

Лекарства сейчас дорогие, а вы дайте массу рецептов народной медицины, с помощью которых можно готовить лекарства в домашних условиях — это приемлемо для моих домашних.

В целом — неплохо, но мне не понравилось, что очень много материалов посвящено ясновидящему Соломину. Получается, что постоянно его рекламируют, а хотелось бы знать и о других выдающихся врачей-лечителей. Открыли бы рубрику о каких-нибудь древних методах лечения, о заговорах...

Журналом вашим я довольна вполне. Есть тематика и для души, и для тела, и для ума. Некоторые статьи содержат просто интересную информацию, которую всегда нелишне знать. Газету беру у распространителей. Что касается цены — так разве это цена? Чепуха. Обратите внимание: сколь-



СЛОВО К ЧИТАТЕЛЮ

ко сейчас красочных толстых журналов, а информации – ноль, одни голые девки и реклама. А у вас столько интересного и рецептов масса...

Я газет вообще не читаю, телевизор есть. Вот анекдоты люблю и кроссворды, а лечиться мне еще рано. Газета ваша больше пенсионерам и вечно больным подходит.

Хорошая и нужная газета.

Жизни

Всегда читаю с удовольствием. Особенно люблю рубрику «Кроха», потому что, у меня маленький ребенок. Все статьи из этой рубрики собираю и подшиваю – пригодится. Цена, думаю, вполне приемлемая.

Мы привыкли обо всем судить «от живота». Ну ужели можно приравнять медицинский журнал к двум пирожкам с капустой? Это глупо. Знания, опыт и деньги – вещи несовместимые, а прожрать, извините, можно все царство небесное.

Газета – класс. И я, и две мои дочки прочитали с удовольствием, но хотелось бы, чтобы были гороскопы, а то мои девчонки просто «подвинулись» на них.

Я бы посоветовал вам выделять 2-3 страницы под какую-то конкретную болезнь и как можно более конкретные способы ее лечения. Интересно врачевной статистикой – чем сейчас в основном болеют.

Мне нравятся всякие тайны, магия, история – эти рубрики прочитала с удовольствием. Я раньше о газете вашей не слышала – теперь буду покупать.

Однообразие замучило, а вы все время подбрасываете новую идею, а интервью с ясновидящим – это просто какая-то антистрессовая отдушина. Очень рад, что познакомился с вашим журналом, буду пополнять домашнюю библиотеку за счет альманаха «Самоисцеление и долголетие».

Сегодня, видите ли, цивили-

зация переступила порог нового тысячелетия, начался очередной виток перехода человеческого сознания на более высокий уровень. Научные открытия заставляют переосмысливать самонадеянно отвергнутые, незаслуженно осмеянные сведения, добытые (или сохранные) нашими предками. А оказывается предки-то были правы во многом. Наверное, настало время систематического освещения оккультных наук на доступном



уровне. Сейчас везде печатаются гороскопы, свои услуги предлагают колдуны, ведуны, экстрасенсы – все это вошло в нашу жизнь как то ненавязчиво, само-собой. Однако системного изложения нет нигде, в том числе и у вас. Почему бы «Самоисцелению ...» не стать пионером в этой области?

Такой вот поход «в люди» у меня получился. Претензий к газете достаточно, однако большинство прочитавших «СД» все же высказали положительное отношение к работе редакции. Это радует. Возможно читатель спросит, а собственно, зачем я об этом написал? Для чего ему чье-то мнение, если и свое имеется? Вот-вот, именно это мнение мне и интересно. Поэтому прошу: не полнитесь, черкните несколько строк на тему, касающуюся оценки газеты «Самоисцеление и долголетие» – чем вам нравится газета или, что бы вы хотели прочесть, какие рубрики, на ваш взгляд, требуют улучшения или замены, кто из авторов вам наиболее интересен, словом, в производственной форме – что вы о нас думаете и чего желаете. Заверяю, что ни одно письмо не останется незамеченным не останется, а все рекомендации будут приняты к сведению.

Валерий ВЕСЕЛОВ

ЧУДО САМОИЩЕЛЕНИЯ

РЕШИМОСТЬ БЫТЬ ЗДОРОВОЙ

Во время прохождения курса лечения в онкологической клинике я была свидетелем уникального клинического случая, который никак не вписывался в общепринятые каноны медицины.

Наташе было 20 лет, она родила первого ребенка. Счастливая мать, любимый муж, благополучная семья. Все было хорошо, и когда ребенку исполнилось чуть больше 9 месяцев, она почувствовала ухудшение, пропал сон, аппетит. Плохое настроение, безразличие к окружающим – оказалось рак желудка. Во время проводимого ей оперативного вмешательства хирурги увидели в брюшной полости разрастания опухоли – метастазы, и не стали удалять ее, так как в подобной ситуации это бессмысленно.

Наташе хирурги сказали, что все прошло успешно, опухоль у нее удалена, а родственникам сказали, чтобы они готовились к худшему и скоро.

Прошло более года, Наташа пришла в диспансер с цветами. Вполне здоровая, цветущая, жизнерадостная. После тщательного обследования рак обнаружен не был. «Что же вы делали, как лечились?», – спросили доктора. Наташа ответила: «Иначе и быть не могло, – ведь вы же удалили опухоль!».

Она просто абсолютно поверила в свое излечение, и рак был побежден!

Светлана Ивановна
ПИРГОВА

г. Херсон

КЛУБ ФЕНОМЕНОВ

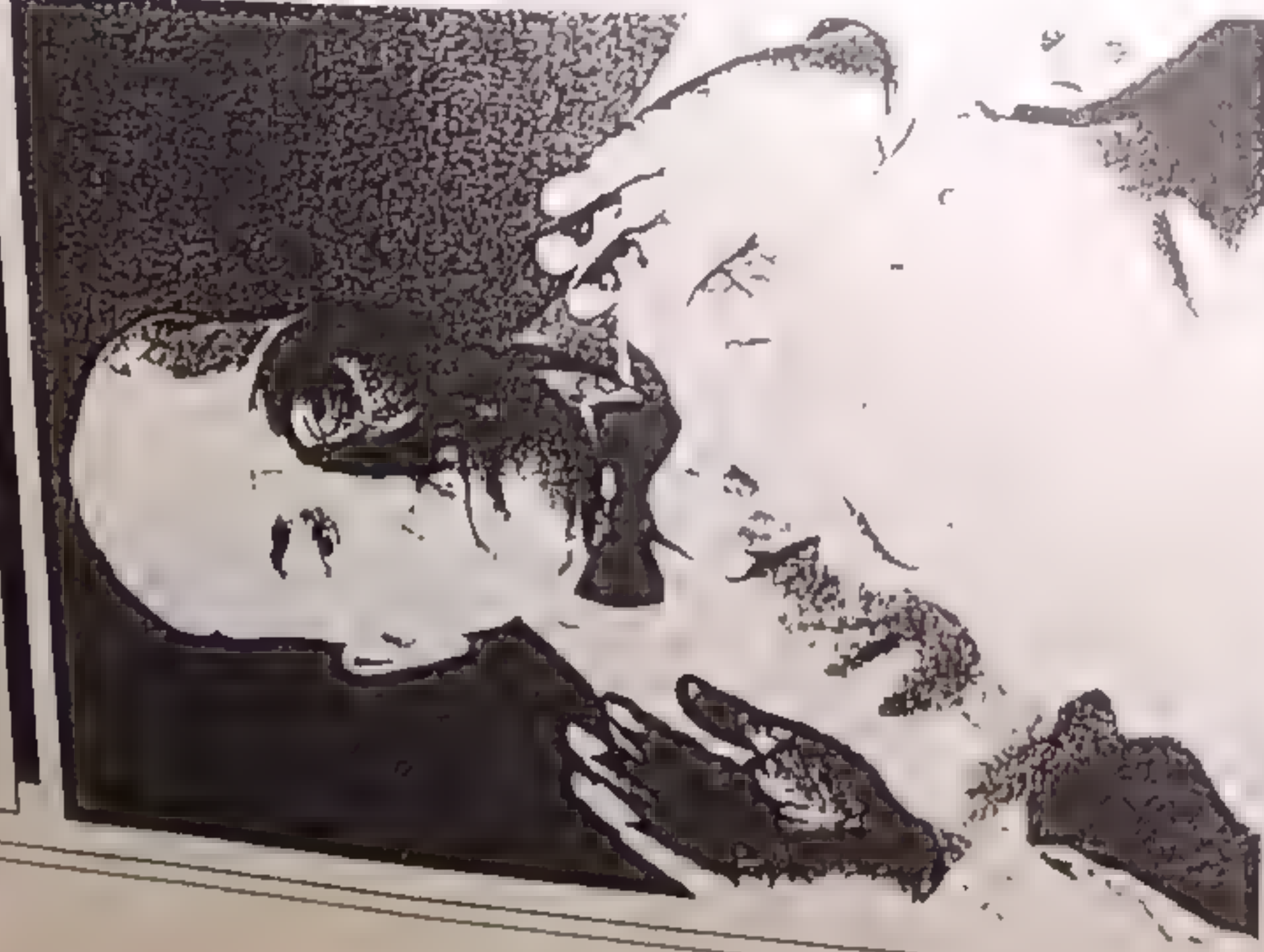
«При любом состоянии общества человек должен идти по пути самосовершенствования - в этом смысл его жизни.

Самосовершенствование - это не только стремление к знанию, но и работа над собой с помощью определенных

упражнений и методов» - с этих слов начинается брошюра народного целителя Валерия Качука.

Сегодня Валерий Яковлевич КАЧУК гость редакции

«Самоисцеление и долголетие».



- Валерий Яковлевич, что вы вкладываете в понятие «народный целитель»?

- Народный целитель - это врач, деятельность которого основывается на нетрадиционных методах медицины. Миллионы лет народ накапливал знания и опыт врачевания. Знания, которыми владею я, достались мне от моей бабушки Марии, которая лечила фактически весь район...

- Ваша бабушка была знахаркой?

- Да, я думаю, что как раз это понятие в данном случае вполне уместно. Она врачевала любые болезни: переломы, вправляла вывихи, принимала роды, одним словом, была сильнейшим практиком. Я, можно сказать, с младых ногтей оказывал ей помощь: «подай - принеси», вроде как был на побегушках. Вот тогда-то и начал я перенимать опыт лечения.

- Что же заставило вас взяться за науку народной медицины?

- Я долго работал на шахте, там заболел, сильно болел правый бок. Врачи не смогли поставить правильный диагноз, прописали уколы, таблетки - ничего не помогало, постепенно я стал превращаться в живого робота. А диагноз, в сущности, был прост - камень в почке. Я начал по-

сенси-инструктор Всесоюзной категории, в Международном учебно-методическом центре нетрадиционным методов лечения и диагностики «Технокор-Жан» Министерства здравоохранения Украины, Ассоциации и нетрадиционной медицины окончил полный курс обучения по программе контактный и бесконтактный биоэнергетический массаж, экстрасенсорная практика (диагно-

ЧТО РАССКАЗАЛ НАРОДНЫЙ ЦЕЛИТЕЛЬ

купать литературу по традиционной медицине, усиленно штудировать ее, сейчас у меня порядка пятисот медицинских книг. Сразу после развала Советского Союза я узнал о том, что желающие могут обучаться экстрасенсорике и понял, что это, как говорится, мое.

- Вы помните каков был первый опыт врачевания?

- Конечно. У знакомой женщины были сильные головные боли. Я попробовал пролечить ее руками, то есть подключил собственное биополе. Результаты меня просто шокировали - боль у пациентки прошла сразу. Тогда я понял, что мне Богом дано быть народным целителем, я начал развивать этот дар.

- Валерий Яковлевич, церковь, по утверждению некоторых газет, говорит, что способности, подобные вашим исходят от лукавого. Что вы об этом думаете?

- Такое утверждение происходит от нашей непросвещенности. Экстрасенсы все делают с верою в Бога, с молитвами. У каждого человека есть свое биополе. У одних оно сильное, у других - слабое. А что такое болезнь? Это нарушение биополя в каком-либо органе. У меня сильная аура, ею я воздействую на больной орган, восстанавливаю биополе пациента. Через свою ауру я связываюсь с внешним миром, с высшим разумом, получаю сигнал и передаю его заболевшему.

- У вас есть медицинское образование?

- Да. В медицинском учебно-методическом центре «здоровье» в Киеве я закончил полный курс по программе «сестринское дело». В украинской ассоциации милосердия и здоровья «Возрождение» - курсы медсестер и мне присвоена квалификация - преподаватель, экстрасен-

стика и лечение), народные методы целительства, магия, техника биолокации, ясновидение, традиционные и нетрадиционные техники гипноза. Здесь присвоена квалификация народного целителя международной категории. К тому же я постоянно занимаюсь самостоятельным, повышаю свой уровень. Широко использую в своей деятельности комбинаторное лечение: биополя и электростимулятор для восстановления функции парализованных мышц, биополе магнита. Словом, все, что снимет боль.

- Скажите, какие болезни вы можете лечить?

- На сегодняшний день я лечу 97% заболеваний, некоторые могу лечить по телефону.

- Какими качествами, на ваш взгляд, должен обладать настоящий экстрасенс?

В первую очередь он должен быть сильным духом, твердо верить в удачу, искренне и честно любить пациентов. Тогда такой врачеватель непременно достигнет успеха.

- Мне доводилось слышать о некоем, изобретенном вами модуле. Не могли бы вы рассказать о нем подробнее?

- Большого секрета здесь нет. Модуль представляет собой пластину, заряженную моей энергией. Его необходимо приложить к больному месту. И болезнь отступает.

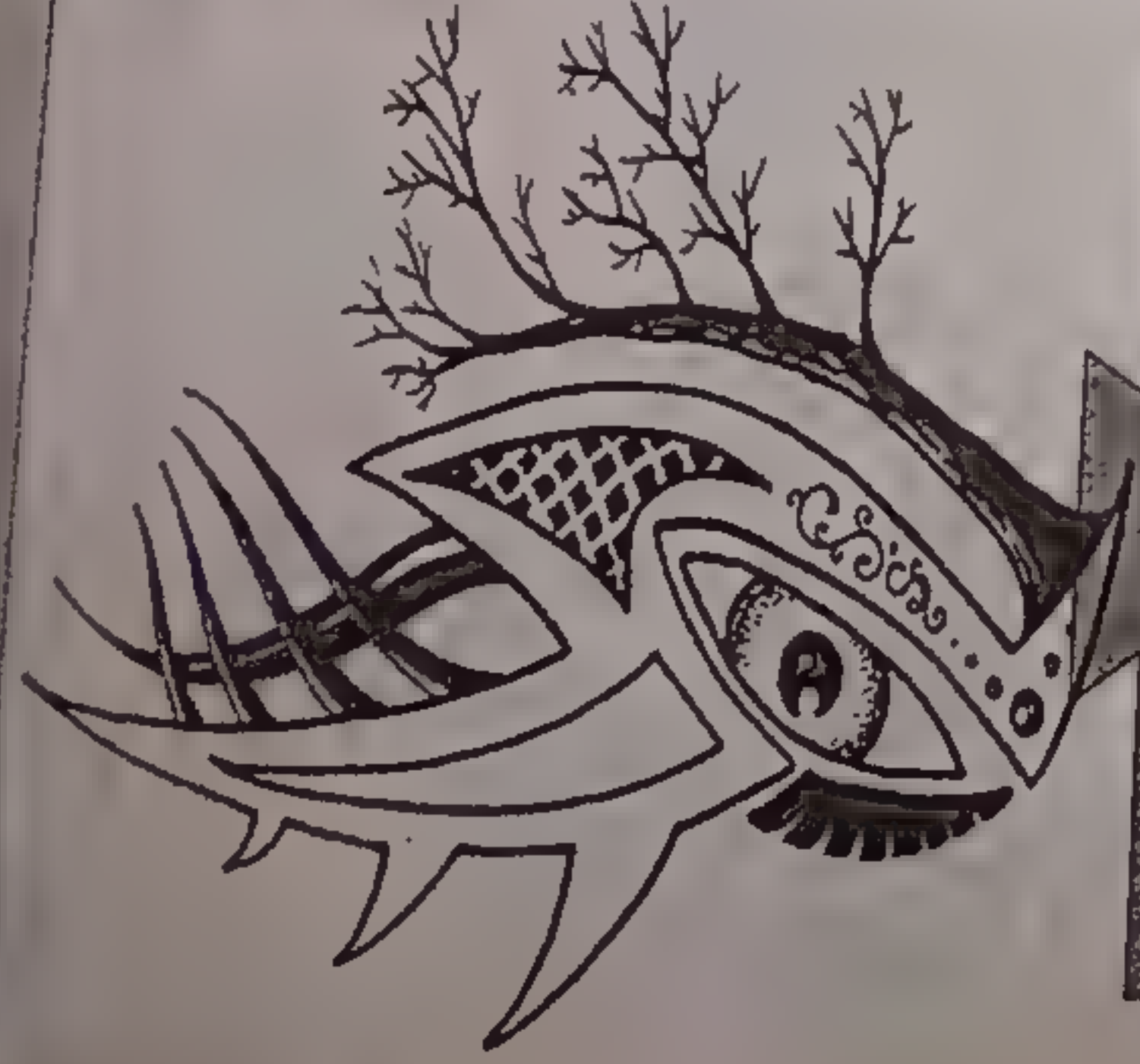
- Как вы заряжаете этот модуль?

- А вот это уже моя тайна, не все секреты можно выдавать, над этим я работал десять лет и продолжаю работать - пределов совершенству нет.

- Большое спасибо, Валерий Яковлевич за интересное интервью.

Беседовал Валерий ВЕСЕЛОВ

КЛУБ ФЕНОМЕНОВ



Поделюсь с вами своей радостью, ибо вы первые помогли мне в этом. Я прочла в газете о ясновидящем Владимире Соломине и обратилась к нему.

А заставила меня к нему обратиться моя нелегкая жизнь. Все было в общем-то неплохо, но вдруг заболел муж, стал инвалидом первой группы. Характер у него и так не сахар, а после болезни уже не выдерживала его требований.

У самой на работе были нелады: организация, где я работаю, должна была реорганизоваться, и нас уже предупредили, что будем уволены. Дочь моя учится в институте и за учебу надо платить.

Опустились у меня руки от всех несчастий. А сестра говорит мне, мол, сходи к Соломину, попытай счастья.

И я пошла. А дальше жизнь потекла так, как я не прогнозировала. Реорганизация на работе произошла, но меня не уволили: повысили в должности, увеличились зарплата, возросла премия. Муж оформил пенсию. И потихоньку жизнь наладилась. Есть, хотя и тяжело, возможность заплатить за учебу дочери.

Я благодарна Владимиру Анатольевичу Соломину за мощь, редакции за то, что напустила так поступить.

Вы помогаете людям в их тяжелую годину жизни.

Всем вам здоровья, счастья, успехов.

Маргарита САВЧЕНКО
г. Харьков

№	Да	Нет	Иное
1968 Нелли		X	
1939 Нелли	X		
4515 Виктория		X	
2347 Татьяна	X		
9999 Галина	X		
1909 Виталий		X	
2359 Татьяна	X		
3457 Екатерина	X		
1313 Виталик		X	осложнения, химия
1582 Париса	X		гравитация, надрыв мышцы, гильберсы
7755 Наташа	X		по земле ходить босиком, лечить
5555 Галина	X		застужена голова, весь организм разбалансирован
7373 Марина	X		
1419 Алла			долго
1717 Светлана			надо быть осмотрительнее
2366 Татьяна		X	
1340 Виктория	X		
3176 Клавдия		X	
0077 Марина	X		
4132 Париса			худеть от полноты, больное сердце
4132 Галина			жить и лечиться
1982 Наталья		X	
1982 Татьяна	X		
3619 Георгий	X		может, но не будет
2202 Александр	X		
1357 Валера		X	
8902 Валентина		X	
1212 Нина		X	
1313 Витела		X	
5242 Олеся		X	но надо постараться в следующем году. Славянский перинститут
2525 Екатерина	X		
1917 Ольга	X		
1946 Дмитрий			депрессия, психическая неуравновешенность
3075 Юрий		X	
1234 Галина	X		уже в пути
1647 Надежда			конкретно нет вопроса
1247 Надежда	X		
1147. Надежда	X		в 10 класс
2525 Раиса	X		
2329 Любовь	X		
2454 Наталья			приехать
1347 Надежда	X		
1747 Надежда		X	

От редакции:

Задавайте вопросы В. А. Соломину.

Учитывая то, что журнальная площадь невелика, а вопросы, интересующие читателей, самые разнообразные, предлагаем заполнить нижеприведенный талон и отправить в адрес редакции. **Задавать вопросы такие, ответы на которые можно дать только «да» или «нет».** Ответы будут публиковаться через газету и только подписчикам «СД» на 6 месяцев на 2002 год. (В конверт вложить две марки).

Если вы хотите еще что-то узнать более подробно, то эти услуги платные. Вы либо приезжаете к В. А. Соломину в г. Донецк по адресу: ул. Куйбышева, 96, либо делаете денежный перевод на сумму 50 гривен или 250 рублей. Бесплатные и платные письма и переводы направлять по адресам (вместе с копией о подписке) в Украине: 83087, г. Донецк, а/я 2314, Колесник Ксения Станиславовна. В России: 111141, г. Москва, а/я 473, Краснобельмова Нина Борисовна. На письмах указывать код «Ф». Заключаются также договора с предпринимателями, фирмами на финансовое обслуживание. В. А. Соломин поможет провести успешно любую сделку либо предупредить неудачу.

Тел.: (0622) 53-90-14.

ВОПРОС В СОЛОМИНУ (не более 20 слов) №7

ВАШ №

(4 произвольные цифры)

ИМЯ

ДЕНЬ, МЕСЯЦ, ГОД РОЖДЕНИЯ

ОТВЕТ ☐ ДА ☐ НЕТ

Остерегайся сам того, чего не одобряешь в других

ХОТИТЕ ВЕРЬТЕ...

В группу я попал по его приглашению. В группе вообще не было случайных людей, все, кто здесь занимался, были выбраны им по только ему одному известным критериям. Когда кто-то из учеников пытался привлечь к занятиям кого-нибудь из знакомых или родственников, гуру не отказывал, но по тем или иным причинам, если новичок ему не подходил, тот сам не являлся на очередное занятие, а гуру задумчиво при этом говорил: «Мы ему не понравились».

Только первый шаг труден

О его внешности солдат из булгаковского «Бега» сказал бы словами, которыми он описал генерала Хлудова: «Мимо такого не проскочишь». Я не проскочил. Гуру поговорил со мной пару раз – так, ни о чем: о музыке, о литературе – и вдруг предложил мне ходить к нему в группу на занятия. Я соблазнился тем, что помимо йоги в группе занимались также и восточными единоборствами и начал ходить на занятия регулярно. Сам того не заметив, уже через месяц я перестал есть мясо, рыбу, яйца, а немного позже исключил из рациона сахар и соль, начал голодать на каждый лунный цикл. Причем никто на меня не давил и, более того, никто мне даже не предлагал этого делать, все как-то выходило само собой. На занятиях я формально занимался освоением боевых движений: ходил взад-вперед, комплексом специальных упражнений (ката и кихон), стучал кулаком в деревянную доску-макивару, размахивал деревянным мячом.

Я знаю только то, что ничего не знаю

Но для большинства учеников целью занятий было овладение совершенно другими навыками и занятиями. Под руководством гуру самые близкие к нему ученики часами сидели в позе «лотоса» и думали о «красной точке» или «зеленом обруче» – символах, которые задавал им учитель. Я понимал, что это гораздо круче и сильнее, чем те удары, которые я отрабатывал по 200-300 раз на каждую ногу.

В конце тренировки я бывал свидетелем совершенно фантастических зрелищ. По команде учителя двум ученикам на головы надевали мешки, чтобы полностью исключить вероятность подглядывания и они начинали драться. Они дрались так, как если бы их глаза были открыты!

ГУРУ

Мало того, они совершенно точно ориентировались в зале, не задевая стен и препятствий, они совершенно точно наносили удары, и, более того, каждый удар точно встречался с поставленным блоком. Были там и дру-



гие чудеса. Ближайший ученик гуру, сделав удар кулаком «на воздух», прожег дыру в газете, до которой расстояние от кулака было около метра. Когда самые лучшие ученики делали упражнения «железный человек», мне доводилось по приказу гуру бить их деревянной палкой по рукам, ногам, спине и прессу. Бить запрещалось только по голове. А парень я был неслабый. И ничего они не чувствовали, продолжали свои упражнения, от моих ударов, которыми я мог чело-

веку руку переломить, на их телах даже следов не оставалось.

Но потом произошло страшное ЧП

Один из учеников школы умер при странных обстоятельствах. Товарищи рассказывали, что смерть постигла его дома во время выполнения какого-то упражнения. Говорили, что он хотел интенсифицировать процесс усвоения высших знаний и без разрешения учителя начал подвергать себя максимальным нагрузкам.



И я смалодушничал. С несколькими начинающими учениками перестал ходить на занятия. Гуру нас не задержал.

Я записался в известную тогда школу карате. Когда сэнсэй спросил у кого я занимался, я назвал имя гуру, но моему новому тренеру оно не сказало ни о чем. Тем более он был удивлен, когда в спаррингах и ката я легко одержал победы над лучшими бойцами школы...

Прошли годы. Я занялся бизнесом, бросил спорт. 27 лет прошло как одно мгновение. Как-то на улице я встретил приятеля с которым вместе занимался у гуру. Поинтересовался судьбой учителя. Неожиданно изменившись в лице друг ответил: «Он там» и показал рукой в сторону неба. «Помер, что ли?». «Да нет, он ниндзя – наш с тобою гуру».

А недавно я увидел учителя на улице. Он выглядел так же, как и 27 лет назад. В его лице не изменилось ни единой черточки. Вот так! Значит, победить время ему удалось. Я догнал его. В ответ на мой вопрос, застывший у меня в глазах, он слегка улыбнулся: «Расскажу. Научу. Ты потерял много времени. Значит начнем все сначала».

О. Я.

УРОКИ ИНТИМНОЙ ЖИЗНИ

(Продолжение.
Начало в № 10, 11, 12)

Моя жена постоянно недовольна моей мужской силой, считает что, на моей потенции сказываются излишества молодости. Я слышал где-то, что нормальной женщине часто бывает мало одного партнера, это, якобы обусловлено физиологией женского организма. Ответьте, так ли это?

Михаил С

г. Снежное

Гармоничность

За исключением «отдыха» во время менструации, который следует соблюдать при желании одного из супругов, должна иметь место постоянная готовность к сношениям. Уже само по себе наличие такой готовности увеличивает половое чувство. Постоянная готовность создает привлекательность и притягательность вашей жене, потому что каждый сексуальный импульс питается памятью о прошлых успехах. Это укрепляет сексуальные способности вашего мужа, а также уверенность, что эта сексуальная деятельность никогда не будет приводить к разочарованиям. Каждому мужчине известно, что иногда его жена может получать оргастическое удовольствие во время предварительных ласк. Эти эпизоды позволяют мужу избежать быстрого оргазма в тех случаях, когда страсть жены вспыхивает достаточно сильно.

Хотя оргазм дает завершенность сексуальному эпизоду, я знаю женщин, которые никогда не испытывали оргазма и все же требовали секса как наиболее сильного и индивидуального наслаждения. Доставка приятного тому, кого вы любите и удовлетворение биологических потребностей вашего тела приносит полную удовлетворенность многим женщинам во время полового сношения, которое не кончается для них оргазмом, подобно тому, как кормление ребенка приносит удовлетворение любящей матери. Во всяком

случае, секс, не приводящий к оргазму, скорее может доставить удовольствие, нежели кормление ребенка, т. е. заботливый муж может всегда сделать половое сношение приятным и удобным, в то время как даже хороший ребенок может иногда укунить. Если вы добросовестны, вы можете, в конце концов, найти, что сама по себе женская роль достаточно удовлетворяет, даже если отсутствует пыл.

Хотя, казалось бы, что справедливость требует аналогичных усилий и от мужа в отношении удовольствия, которое он может доставлять жене, но мужчина может выполнять свою сексуальную роль только тогда, когда он получает достаточное возбуждение, чтобы у него могла появиться эрекция. Мужчина не может состоя-

своей подруги. Женщина может увеличивать степень своего возбуждения, прижимая свои сексуально чувствительные области к мужу во время ответных объятий, накладывая руки мужа на особо восприимчивые к ласкам части своего тела, сжимая и пощипывая его спину.

Поддразнивания и кокетство

Игра в наступление и увертывание, несомненно, имеет огромное значение в создании сексуального возбуждения. Однако следует помнить, что в течение этой игры ни у одного из партнеров не должно быть и тени сомнения в том, что это есть игра, а не колебание или отказ. Уверенность в вашей собственной привлекательности, которая приходит от постоянного желания вашего партнера удов-

СЕКСУАЛЬНОЕ ЗДОРОВЬЕ



заться с женщиной в способности к сношению и не должен пытаться это делать, но он может помочь удовлетворить потребности жены несколькими способами, как это описано в следующих главах.

Предварительные ласки

Волосы женщины, мочки ее ушей, спина, груди и некоторые другие части ее тела активно реагируют на нежные ласки мужа. Вероятно, наи-

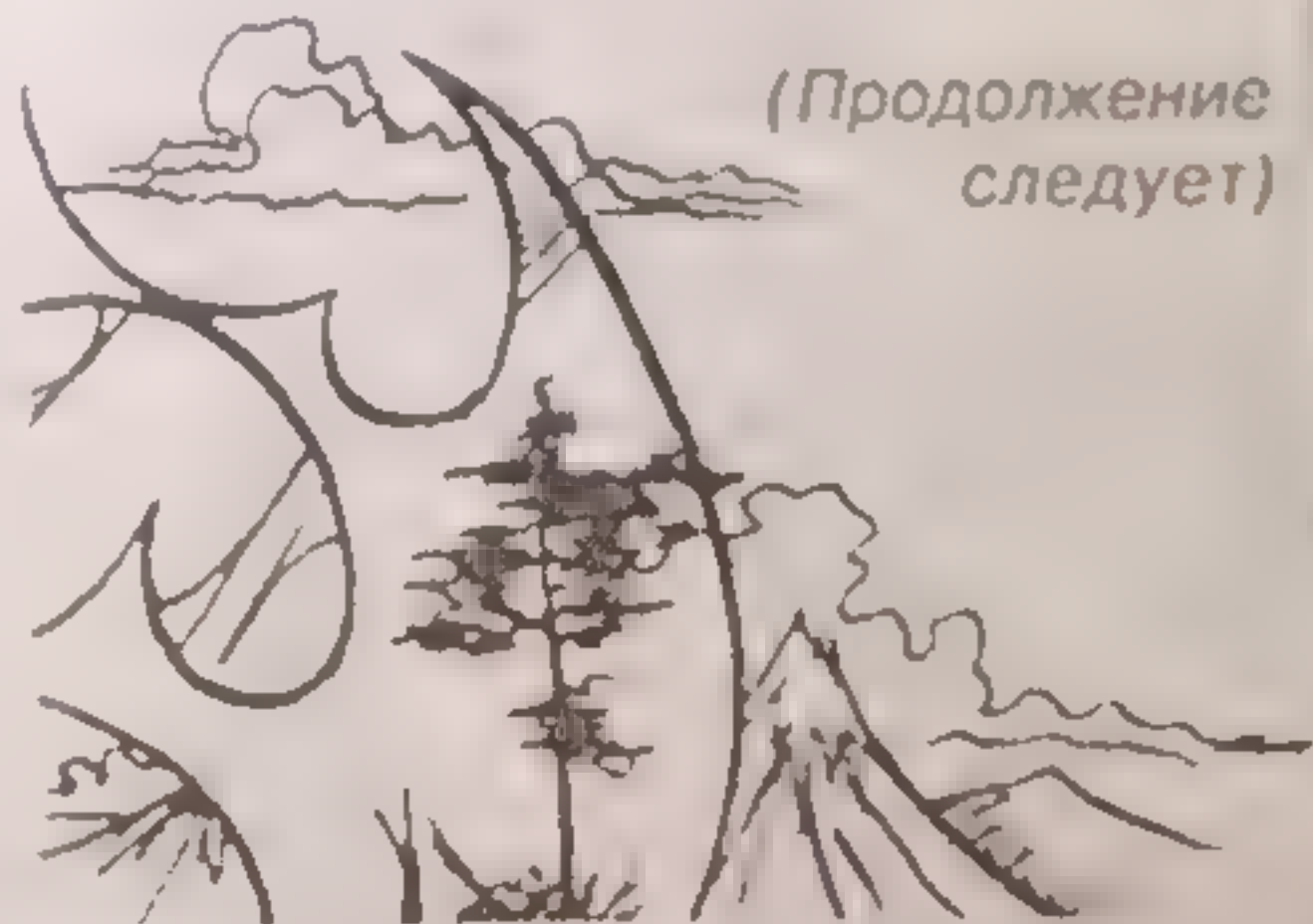
лучшим средством разжечь ответное чувство страсти являются ладони рук. Некоторые жены поглаживают эту область, когда они очень заинтересованы в сексе, другие подстрекают мужа, используя их в сексуальной игре, тогда их страсть увеличивает возбуждение их обожаемых. Оба партнера должны помнить, что мужчина, который поглаживает эрогенные области кончиками пальцев, создает возбуждение у жены быстрее, чем у самого себя. В то время, как мужчина, который гладит всей ладонью, целует или нежно щекочет своим языком, вызывает свое возбуждение, по меньшей мере, в такой же степени, как и у

летворить ваши потребности, означает очень много. Ваш партнер не должен ослаблять веру в сексуальные отношения между вами чрезмерным поддразниванием. Но и вы также должны избежать этой ошибки.

Короче говоря, можно сказать следующее: используйте поддразнивания и кокетство, когда ляжете вместе в постель и начнете предварительную сексуальную игру. При этом ваш партнер не должен сомневаться, что ваше поддразнивание является частью его усилий увеличить сексуальное удовольствие, а не реальной угрозой отказа. Ограничивайте поддразнивание в более поздний период сексуального эпизода, когда вы убедитесь в полном совпадении ваших желаний. Немедленно прекращайте поддразнивание, если по вашему партнеру видно, что он начинает расстраиваться вместо того, чтобы возбуждаться от ваших выдумок.

Доктор ШМНДТ

(Продолжение
следует)



Лишь ласковый имеет дар пленять

РЕЦЕПТЫ НАРОДНЫХ ЛЕКАРЕЙ

Мой сын страдает заболеванием предстательной железы, но так как он работает в частной фирме и боится потерять работу, он не хочет обращаться к врачу. Подскажите, что делать, чтобы еще хотя бы несколько месяцев можно было не оперироваться. (Пока сын не пойдет в отпуск.).

Галина Ч.

г. Красный Луч

Уважаемая Галина! Мы, конечно, постарались выполнить вашу просьбу и подобрали для вас несколько рецептов народной медицины. Однако, пользоваться ими как догмой не рекомендуем. Любой из этих рецептов желательно предварительно обговорить с врачом.

НАСТОЙ ТРАВ С МЕДОМ, ИЗБАВЛЯЮЩИЙ ОТ ОСТРОГО ВОСПАЛЕНИЯ ПРЕДСТАТЕЛЬНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

Приготовить сбор следующего состава:

Можжевельник обыкновенный, плоды 40,0. Солодка голая, корень 15,0

Петрушка огородная, корень 15,0.

Фенхель обыкновенный, плоды 15,0.

Ромашка аптечная, цветки 15,0.

2 ст. ложки сухой измельченной смеси залить в термосе 0,5 л крутого кипятка, настоять 2-3 часа, процедить, растворить мед по вкусу и пить по 1/2 стакана 2 раза в день после еды при остром воспалении предстательной железы. Настой быстро снимает боли в промежности и крестце и способствует рассасыванию воспалительного процесса в предстательной железе.



АДЕНОМА И

ПРЕКРАСНЫЙ НАСТОЙ ТРАВ С МЕДОМ, ИЗЛЕЧИВАЮЩИЙ ХРОНИЧЕСКИЙ ПРОСТАТИТ

Приготовить сбор следующего состава:

Тысячелистник обыкновенный, трава 25,0.

Календула лекарственная, цветки 25,0.

Стальник полевой, корень 15,0.

Фенхель обыкновенный, плоды 15,0.

Хвощ полевой, трава 10,0.

Крапива двудомная, листья 10,0.

1 ст. ложки сухой измельченной смеси залить в термосе 0,5 л крутого кипятка, настоять 2-3 ч, процедить, растворить мед по вкусу и пить настой по 1/3 стакана 3 раза в день после еды при хроническом простатите.

ЧУДЕСНЫЙ НАСТОЙ ТРАВ С МЕДОМ И ХРОНИЧЕСКИЙ ПРОСТАТИТ

Приготовить сбор следующего состава:

Толокнянка обыкновенная, листья 30,0.

Подорожник большой, листья 30,0.

Грыжник душистый, трава 30,0.

Береза белая, листья 10,0.

2-3 ст. ложки сухой измельченной смеси залить в термосе 0,5 л крутого кипятка, настоять 1 час, процедить, растворить мед по вкусу и пить настой по 1/2 стакана 3 раза в день через 1-2 часа после еды при хроническом простатите.

Одновременно следует соблюдать диету с исключением алкоголя, маринадов, солений и консервированной пищи.

ЛЕЧЕНИЕ ХРОНИЧЕСКОГО ПРОСТАТИТА, СОПРОВОЖДАЮЩЕГОСЯ СНИЖЕНИЕМ ПОЛОВОЙ ФУНКЦИИ

Приготовить сбор трав следующего состава:

Аир болотный, корневище 40,0.

Зверобой продырявленный, трава 20,0.

Толокнянка обыкновенная, листья 20,0.

Дымянка лекарственная, трава 20,0.

2-3 ст. ложки сухой измельченной смеси залить в термосе 0,5 л крутого кипятка, настоять 2-3 ч, процедить, растворить мед по вкусу и пить на-

стой теплым по 1/2 стакана 2 раза в день за 20-30 мин до еды при хроническом простатите, сопровождающемся снижением половой функции.

ТРАВЯНЫЕ ВАННЫ, СПОСОБСТВУЮЩИЕ ИЗЛЕЧЕНИЮ ОТ ХРОНИЧЕСКОГО ПРОСТАТИТА

Приготовить сбор следующего состава:

Сушеница болотная, трава 40,0.

Шалфей лекарственный, трава 20,0.

Ромашка аптечная, цветки 20,0.

Липа сердцевидная, цветки 20,0.

6 ст. ложек сухой измельченной смеси залить 3 л кипятка, настоять 1 час, процедить и использовать настой при хроническом простатите для сидячих ванн длительностью 10-15 мин. После ванны отдыхать в постели не менее часа.

Курс лечения - 15 ежедневных ванн.

Одновременно из этого же настоя следует делать клизмы, используя на каждую из них по 60-100 мл теплого настоя. Курс - 20 ежедневных процедур.

НАСТОЙ ТРАВ С МЕДОМ, ИЗЛЕЧИВАЮЩИЙ ОСТРЫЙ ПРОСТАТИТ

Приготовить сбор следующего состава:

Календула лекарственная, цветки 30,0

Хвощ полевой, трава 25,0.

Девясил высокий, корни 15,0.

Крапива двудомная, листья 10,0

Шалфей лекарственный, листья 10,0

Мята перечная, листья 10,0.

2-3 ст. ложки сухой измельченной смеси залить в термосе 0,5 л крутого кипятка, настоять 2-3 ч, процедить, растворить мед по вкусу и пить по 1/3 стакана 3 раза в день за 20-30 мин до еды при остром простатите.

РЕЦЕПТЫ НАРОДНЫХ ЛЕКАРЕЙ

Настой весьма эффективен при появлениях признаков задержки мочеотделения, вызванных воспалительным отеком предстательной железы.

ТРАВЫ, МЕД И ОСТРЫЙ ПРОСТАТИТ

Приготовить сбор следующего состава:

ПРОСТАТИТ

Пустырник пятилопастный, трава 40,0.

Шиповник коричный, плоды 20,0.

Подорожник большой, листья 20,0.

Береза повислая, листья 20,0.

3 ст. ложки сухой измельченной смеси залить в термосе 0,5 л крутого кипятка, настоять 2-3 ч, процедить. Растворить мед по вкусу и пить настой теплым, по 1/2 стакана 3 раза в день за 20-30 мин до еды. Подобное лечение способствует снятию отека и воспалительного процесса предстательной железы и восстановлению мочеиспускания.

НАСТОЙ ТРАВ С МЕДОМ И ОСТРЫЙ ПРОСТАТИТ

Приготовить сбор следующего состава:

Зверобой продырявленный, трава 35,0.

Ромашка аптечная, цветки 35,0.

Чистотел большой, трава 15,0.

Липа сердцевидная, цветки 15,0.

2 ст. ложки сухой измельченной смеси залить в термосе 0,5 л крутого кипятка, настоять 1 час, процедить, растворить мед по вкусу и пить настой теплым по 1/2 стакана утром и вечером после еды при остром простатите. Лечение способствует снятию воспалительного процесса и восстановлению функции предстательной железы.

СБОР ТРАВ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЙ В НАРОДЕ ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ ПРОСТАТИТА

Лопух большой, корни 30,0. Кукурузные рыльца 20,0. Мох исландский 20,0. Омела белая, листья 15,0. Гореч переный, трава 15,0.

2 ст. ложки сухой измельченной травы залить в термосе 0,5 л крутого кипятка, настоять 23 ч, процедить

и пить по 1/2-2/3 стакана 3-4 раза в день при простатите.

ОВОЩНОЙ СОК И ПРОСТАТИТ

Приготовить сок из свежих огурцов, свеклы, моркови и смешать в равных количествах.

Принимать по 1/2 стакана за 20-30 мин до еды 3-4 раза в день при воспалительных заболеваниях предстательной железы.

СПАРЖА И АДЕНОМА ПРЕДСТАТЕЛЬНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

2 ст. ложки сухих измельченных корней спаржи лекарственной залить 0,5 л кипятка, варить 10 мин, настоять 3-4 ч, процедить и пить по 1/4 стакана 3-4 раза в день за полчаса до еды при аденоме предстательной железы.

ПРЕКРАСНЫЙ РЕЦЕПТ ЛОПУХ И АДЕНОМА ПРЕДСТАТЕЛЬНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

2 ст. ложки сухих измельченных корней лопуха большого залить 0,5 л кипяченой воды, варить 10 мин на слабом огне, настоять 3-4 ч, процедить и пить по 1/3 стакана 3-4 раза в день за 20-30 мин до еды при аденоме предстательной железы. Отвар оказывает противовоспалительный и противоопухолевый эффекты.

СОЛОДКА И АДЕНОМА ПРЕДСТАТЕЛЬНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

1 ст. ложку сухих измельченных корней солодки голой залить 0,5 л кипяченой воды, варить на слабом огне 10 мин, настоять 2-3 ч, процедить и пить по 1/4 стакана за полчаса до еды 3-4 раза в день при аденоме предстательной железы.

ТОЛОКНЯНКА, ПУСТЫРНИК И ЗВЕРБОЙ ПРОТИВ АДЕНОМЫ

Приготовить следующую смесь: Зверобой продырявленный, трава 35,0.

Пустырник пятилопастный, трава 35,0.

Толокнянка обыкновенная, трава 30,0.

1 ст. ложки сухого измельченного сбора залить в термосе 0,5 л кипятка, настоять полчаса-час, процедить и пить по 1/2 стакана 3 раза в день за 30 мин до еды при аденоме предстательной железы.

ТРАВЫ, МЕД И АДЕНОМА ПРЕДСТАТЕЛЬНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

Приготовить сбор следующего состава:

Чага (березовый гриб) 35,0.

Зверобой продырявленный, трава 20,0.

Аир обыкновенный, корневище 15,0.

Чистотел большой, трава 15,0.

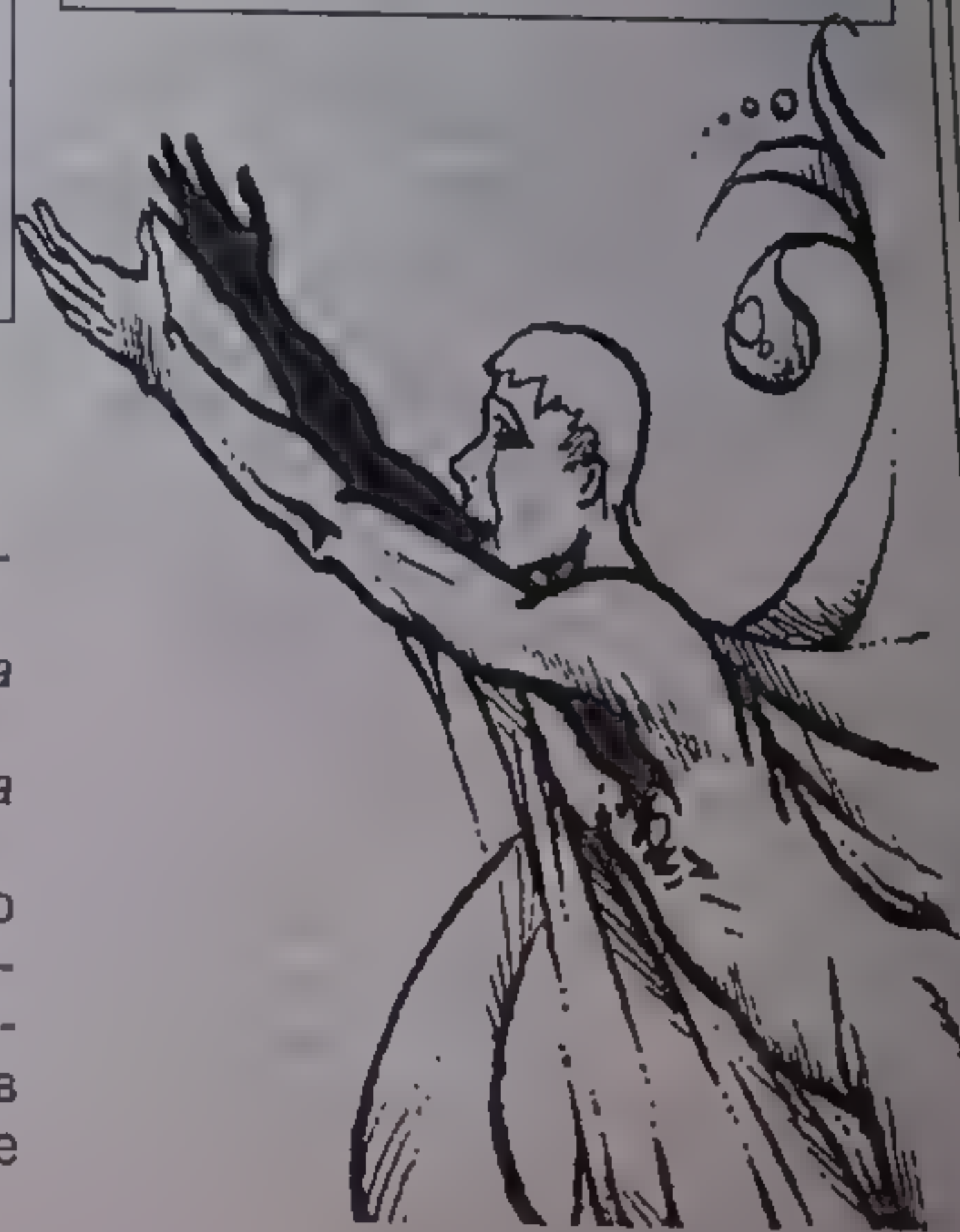
Тысячелистник обыкновенный, трава 15,0.

2 ст. ложки сухой измельченной смеси залить в термосе 0,5 л крутого кипятка, настоять 2-3 часа, процедить, растворить мед по вкусу и пить по 1/2 стакана 3 раза в день за 20-30 мин. до еды при аденоме предстательной железы.

ВОДА С ПИХТОВЫМ МАСЛОМ ПРОТИВ АДЕНОМЫ ПРЕДСТАТЕЛЬНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

Подогреть 40-50 мл кипяченой воды до 40°C, добавить к ней 5 капель пихтового масла, встряхнуть, набрать ее в спринцовку, выдавить лишний воздух, затем ввести кончик в прямую кишку, впрыснуть содержимое, лечь на живот и отдохнуть 8-10 мин. Если процедура не вызывает чувства жжения, то на следующий день можно добавить не 5 капель пихтового масла, а 7 и в последующие дни довести дозу до 10-12 капель.

Курс лечения при аденоме предстательной железы 25-30 ежедневных процедур. Повторить его можно спустя 2-3 месяца. При отсутствии пихтовой воды используйте настой аптечной ромашки (1:10), однако эффект при этом будет слабее.



Приятно воспоминание о невзгодах минувших

Независимо от того, как именно поражает боль в спине - внезапно или медленно возникает в связках, мышцах и позвоночнике - она может стать настоящим мучением и вывести вас из строя на несколько дней, недель и даже месяцев. Целители, однако, утверждают, что боль в спине почти всегда можно предотвратить, и даже хронические мучительные боли излечимы.

цы перенапрягаются, что ведет к усилению боли.»

Почему болит седалищный нерв

При сдавливании позвоночника соединительные пластинки могут деформироваться или сместиться. Это состояние называется грыжей пластинок. Сместившись, пластинка может надавить на седалищный нерв, проходящий вдоль позвоночника вниз к ногам. Когда при приступах боли в спине вы испытываете столь хорошо знакомую опоясывающую боль, знайте, что болит именно седалищный нерв.

По данным статистической медицины, в Украине страдают таки-

тупую боль, попытайтесь расслабиться и дайте ей пройти.

Попробуйте держать каждую из предлагаемых позиций растяжения 25-30 секунд. Ежедневный сеанс упражнений должен длиться около 20 минут. Делая выдох на последних пяти секундах упражнения, убедитесь, что вы правильно и легко дышите.

Чудо-упражнения

УПРАЖНЕНИЯ ПОТЯГИВАНИЕ

Сидя на стуле, потянитесь вперед. В тот момент, когда вы начнете испытывать боль, выдохните и постарайтесь расслабиться.

Это поможет растянуть мышцы и связки спины.

КАК ПОБЕДИТЬ БОЛЬ В СПИНЕ

Существует множество причин возникновения болей в спине. Наиболее распространенные - это работа, которая требует повторяющихся движений, травма, ослабление мышц связок и тканей спины и живота, артрит, остеопороз, стресс, который приводит к спазмам мышц спины.

Боли могут быть вызваны и другими факторами, например, сиденьем за столом или за рулем автомобиля в течение нескольких часов подряд, плохой осанкой и злоупотреблением алкоголем и курением.

Однако для большинства страдающих от болей в спине людей все эти факторы сводятся к одному: напряженные мышцы.

«Чрезмерное мышечное напряжение означает, что на отдельные мышцы ложится слишком большая и слишком длительная нагрузка, - считает физиотерапевт Майк Хейдж. Чрезмерное мышечное напряжение сводит суставы вместе. Это сильное давление может вызвать опоясывающие боли в районе спины и шеи, а также в руках и ногах.»

Этот же механизм действует, когда боли возникают в результате стресса. «Когда вы сердитесь, беспокоитесь, чувствуете себя усталым и больным, находитесь в состоянии депрессии, мозг автоматически усиливает мышечное напряжение в районе лица, головы и вдоль позвоночника. Ваши суставы соединяются, мыш-

ми болями более 100 миллионов человек. Каждый день хирурги оперируют более тысячи жертв такой боли, но только 2-3 процента из них действительно нуждаются в хирургическом вмешательстве, считает американский физиотерапевт.

Секрет профилактики и излечения болей в спине состоит в снятии напряжения и укреплении мышц, поддерживающих спину.

Поскольку в большинстве случаев причиной болей в спине являются слабые мышцы спины и живота или давление на нервы и позвоночные пластины, лучшее лечение заключается в укреплении спины и живота и снятии напряже-

ния с помощью многочисленных упражнений на растягивание.

Предлагаемые ниже упражнения доктора Фейе принесли облегчение многим людям, страдающим хроническими болями в спине. Движения помогут вам растянуть мышцы и связки, сделать их более сильными и упругими, улучшить координацию движений.

Перед началом упражнений нужно хорошо разогреть мышцы. Один из способов - десятиминутная прогулка перед занятием. Помните, что выполнять упражнения надо медленно и мягко, прекращая их, как только появляется острая или тянущая боль. Если же вы чувствуете

ПОДТЯГИВАНИЕ КОЛЕНЕЙ

Сидя прямо на стуле с прямой спинкой, поднимите правое колено и возьмите его двумя руками. Подтягивайте его к груди так высоко, как только возможно. Повторите то же самое с левой ногой.

УПРАЖНЕНИЕ ДЛЯ ТАЗА

Сядьте так же, как и для предыдущего упражнения. Поднимите правую ногу к груди, обхватив ее за колено, а потом мягко потяните ее к левому плечу. Это упражнение более эффективно, чем предыдущее укрепляет мышцы таза и поясницы. Повторите то же самое с другой ногой.

НАЖИМ НА БЕДРО

Сидя на стуле, положите правую ногу на левое бедро, около колена. Осторожно прижимайте правое колено и бедро к полу, растягивая мышцы паха и низа спины. Повторите, переменяя ногу.

ПОДТЯГИВАНИЕ ЗАЛОДЫЖКИ

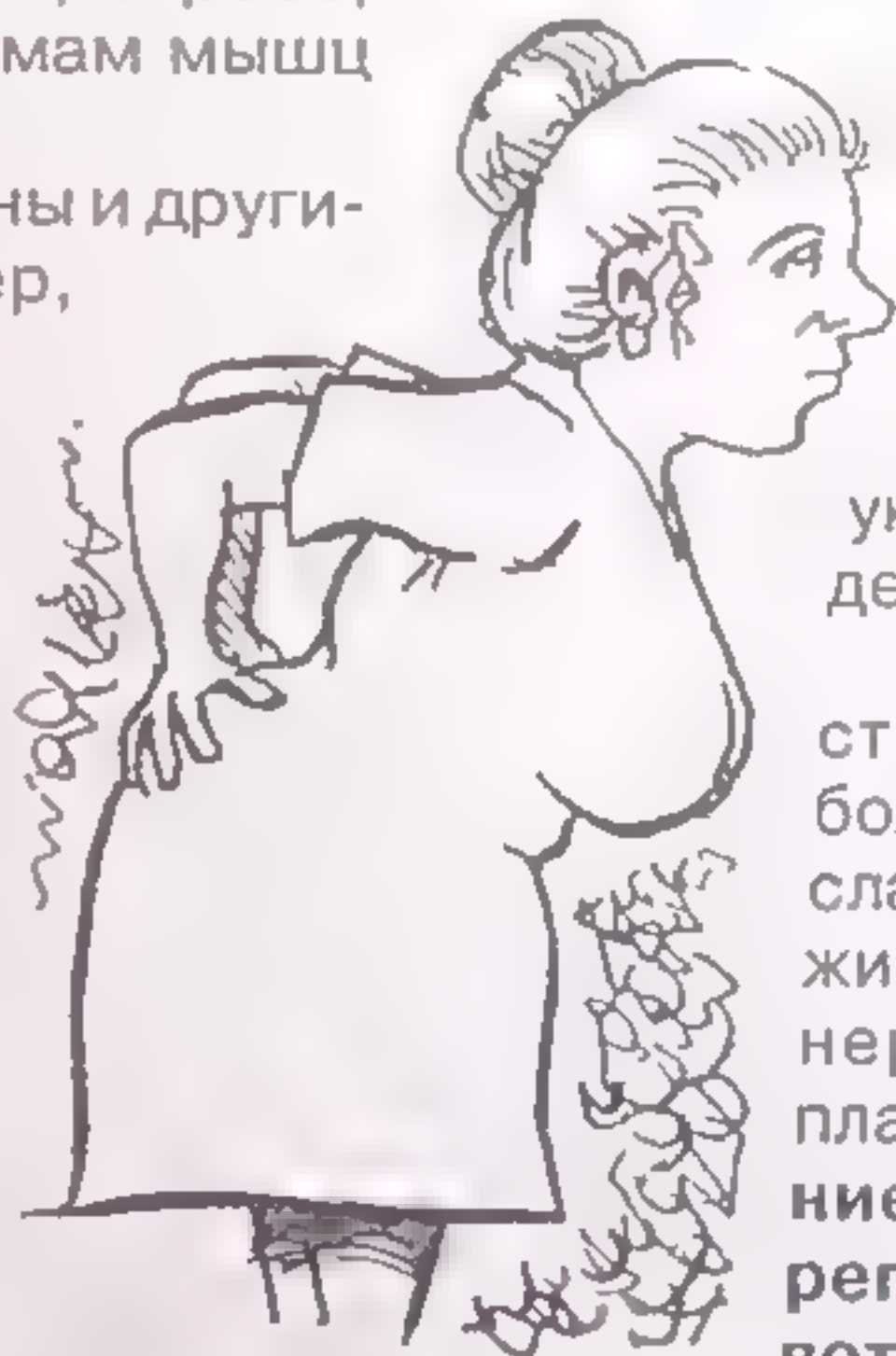
Поставьте перед собой стул с прямой спинкой и обопритесь на него. Возьмитесь правой рукой за правую лодыжку и тяните ногу назад, пока не коснетесь пяткой правой ягодицы. Повторите то же самое с левой ногой. Как можно сильнее тяните колено назад.

ПОДТЯГИВАНИЕ ДВУХ КОЛЕНЕЙ ОДНОВРЕМЕННО

Лежа на спине, возьмитесь руками за колени и подтяните их к груди.

ВРАЩЕНИЕ КОЛЕНАМИ

Лежа на спине, согните колени и поставьте ступни на пол. Поверни-



НАМ ПИШУТ

те колени вправо, пока не коснетесь пола, как можно сильнее повернув при этом голову влево. Затем перемените направление.

ПОДТЯГИВАНИЕ КОЛЕНЕЙ ЛЕЖА

Лягте на спину на пол или жесткий мат. Возьмитесь обеими руками за правое колено и подтяните его к груди. Повторите то же с другой ногой.

ПОДНЯТИЕ ТАЗА

Лежа на спине, согните колени и поставьте ступни на пол. Медленно поднимите ягодицы как можно выше и, оставаясь в таком положении, считайте до восьми. Делайте это упражнение, пока не устанете. Если вы не будете испытывать боли, постарайтесь повторить его 10 раз.

КАСАНИЕ СВОЕГО ЛБА

Встав на четвереньки, поднимите правое колено и подтяните его ко лбу. Не перенапрягайтесь, если сразу не сможете коснуться лба. Теперь как можно дальше вытяните правую ногу назад параллельно полу. Приняв исходное положение, повторите упражнение с левой ногой.

Вариант: поднимите правую руку и вытяните ее вперед, одновременно вытянув назад левую ногу. Поменяйте положение: левую ногу вперед, правую ногу назад.

УКРЕПЛЕНИЕ МЫШЦ ЖИВОТА

При слабых мышцах живота и его увеличении на мышцы спины и нижней части туловища ложится чрезмерная нагрузка. Чтобы усилить мышцы живота качайте пресс.

Лягте на спину, согнув колени и поставив ступни на пол. Скрестите руки на груди или обхватите ими затылок. Поднимите верхнюю половину туловища, подняв лопатки над полом на 10-15 см и не вытягивая локти вперед. Теперь опустите лопатки на пол, не дотрагиваясь до него головой.

Если при выполнении у вас не возникнет острой или тянущей боли, делайте его как можно больше, по три, четыре сеанса в неделю.

Для начала повторите 3-6 раз.



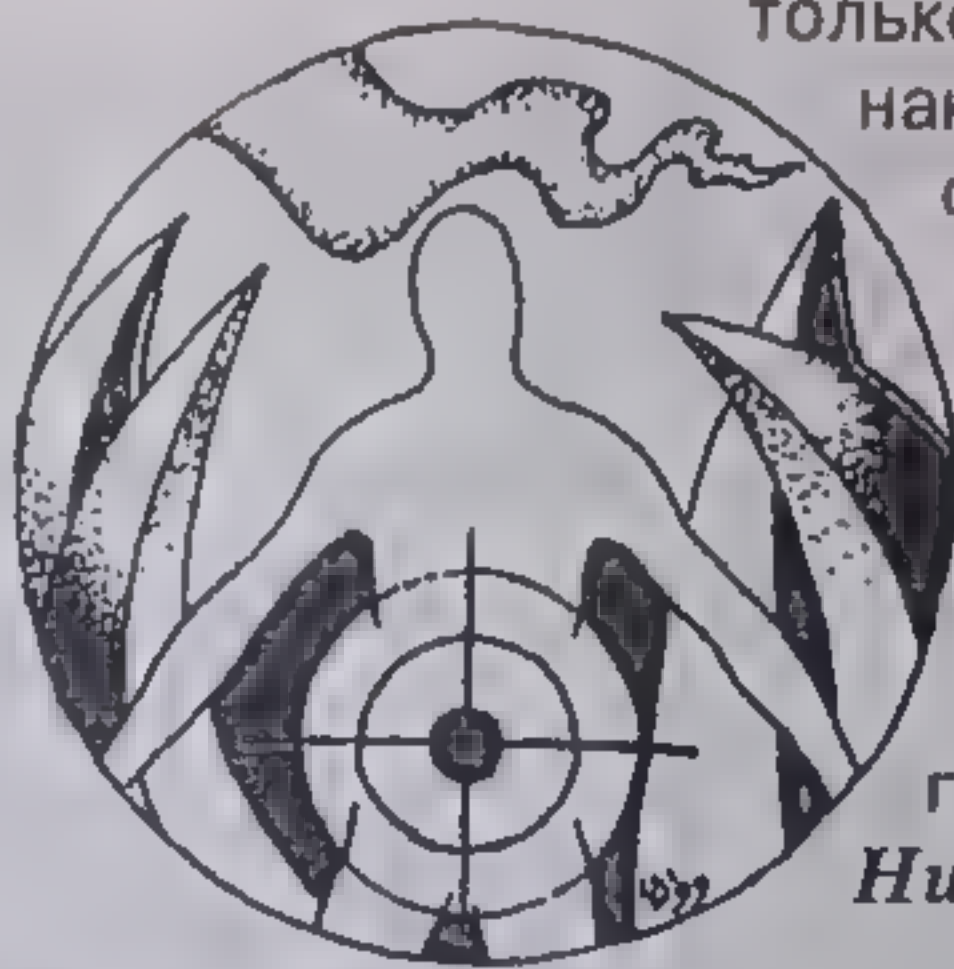
ГЕМОРРОЙ ИСЧЕЗНЕТ, КАК ТОЛЬКО...

Вижу, как нищает население и ему не за что покупать лекарства. Поэтому решил написать об одном апробированном способе лечения геморроя, даже самой запущенной стадии.

Ни в одном травнике я этого рецепта не нашел. Он достался мне от дедушки. А ему еще в дореволюционное время дал такой совет один травник.

Итак, нужно натереть на мелкой терке корень хрена. 1 ст. л. измельченной массы положить в эмалированную кастрюлю, залить 300 мл воды и поставить на огонь. Как только вода закипит, снять с плиты, накрыть крышкой и дать настояться. Затем настоем процедить, отжать, перелить в бутылку, хранить в холодильнике, при употреблении взбалтывать. Пить по 1 ст. л. за полчаса до еды 3 раза в день. Как только вы выпьете 1 л настоя хрена, геморрой исчезнет.

Николай НЕПОВИННЫХ
Воронежская обл.



ВОСТОК - ДЕЛО ТОНКОЕ ЗАПОРЫ - ЭТО НЕ ПРОБЛЕМА

Все предлагаемые рецепты - из китайской медицины. А китайцы, как известно, считают, что все лекарства - это еда, а вся еда - лекарство. Так что не удивляйтесь некоторым компонентам описываемых средств.

- Увлажнить кишечник, излечить старческие запоры, воспаление желудочно-кишечного тракта и даже избежать последствий алкогольного отравления вам поможет такое лекарство - 250 г шпината (без корней) поместите в сосуд, добавьте туда стакан свежей свиной крови, доведите все до кипения. Солите уже после варки - по вкусу. Указанную порцию следует принять внутрь за 1 прием перед едой.

- Болезни желудка отступят, если вы будете их прогонять изобретенным китайцами способом. Возьмите желчь из одного желчного пузыря свиньи, вылейте ее в кастрюлю и добавьте туда же 100 г пчелиного меда. Все компоненты смешайте и подвергните 20-минутной варке на медленном огне. После указанного времени смесь остудите и разлейте на три равные части. Приготовленное количество рассчитано на 3 приема в день. Лечиться таким образом следует за 15 минут до приема пищи.

- Стимулировать работу кишечника и нормализовать стул поможет выпитый за один прием (перед едой) стакан коровьего молока, доведенный предварительно до кипения и обогащенный 50 г пчелиного меда. Пить следует лишь хорошо перемешанную жидкость и обязательно охлажденную.

«Уважаемая редакция! Я давно покупаю вашу газету, интересуюсь всем, что касается оккультизма, магии, различного рода тайн и предсказаний. Еще очень люблю материалы на тему религии. В связи с этим у меня вопрос. Может немного не по теме. Но не могли бы вы рассказать о каких-нибудь малоизвестных религиозных сектах, их обычаях и традициях?»

Раиса ЩУРОВА

По мере возможности мне удалось собрать материал, который, уважаемая Раиса, я Вам и предлагаю.

Валерий ВЕСЕЛОВ

полное удовлетворение своих «религиозных» потребностей, они с заупокойными напевами чинно рассаживались за трапезу... Секта «разиней» получила свое название от того, что, собравшись на молитву, верующие стояли, разинув рот, ожидая, что причащать их слетятся Ангелы...

«ПРЫГУНЫ», «СОПУНЫ»

Секта, основанная крестьянином Лукьяном Соколовым в середине XIX столетия, известна под названиями «прыгуны», «сопуны» и «трясуны». При богослужении, учил Соколов, надобно сопеть друг на друга, чтобы получить благодать. Эта странная мысль пришла в голову малограмотного крестьянина вследствие

ДРЕВНИЕ ЕРЕСИ

ГДЕ СЕКТЫ ТАМ И БЛУД

Сколько псевдосект на сегодняшний день зарегистрировано на Украине? Кое-кто называет цифру, приближающуюся к 4 тысячам, а число членов сект предположительно около 3 миллионов.

За редким исключением, все эти организации действительно возникли далеко за пределами нашей страны и в мутных волнах перестройки буквально хлынули к нам. Основная их масса пришла к нам из США.

Были у нас и отечественные «пророки» - очередной «спаситель мира» Виссарион или суровая красавица - «Мария Дэви Христос», обещавшая конец света в октябре 1993 года...

Но, как бы то ни было, для истории нашей многострадальной страны все это - не в диковинку. В то время, когда основная территория была населена сторонниками православия, тут и там возникали мало- или многочисленные группы несогласных с официальной религией. И если во вред учения иных сект под силу разобраться только богословам, то нелепость других бросается в глаза даже далекому от вопросов религии читателю.

К началу XX века насчитывалось уже более сотни сект. Группы и группки плодились, как грибы после дождя, не соглашаясь с Православной Церковью или своими же братьями-сектантами по множеству вопросов: о браке, пище, отношении к властям, одежде, календаре, почитании икон...

«ДЫРНИКИ»

Самое оригинальное мнение в последнем вопросе принадлежит, пожалуй, «дырникам» или, как их еще называли, «щельникам». Не признавая современного им священства, они вынуждены были осознать, что некому освящать иконы. Но молиться следовало только в подobaющей тому обстановке, из чего вы-

текал вывод: поклоняться нужно строго на восток. А так как зимой или ночью открывать окно или выходить из дома на молитву не всегда было удобно, молиться же через стену - грех, находчивые сектанты делали на восточной стене дыру и молились в нее, вынуждая затычку...

«ЛУЧИНКОВЦЫ»

Отличительной чертой любой секты является собственный чин богослужения. Неудовлетворенные общепринятым православным, еретики выдумывали свое. Так, «лучинковцы» совершали службы в полутемной избе, употребляя вместо свечей - лучины. Богу угоднее молитва того, верили они, у кого лучина больше дымит... Распространенная в конце XIX века «Марьяновская секта» нагружала своих членов «тайной работой», веря, что только этот тяжкий «апостольский» труд приведет их души к спасению. Труд же заключался в следующем: мужчины, женщины и девицы, собравшись ночью, образовывали круг и, босоногие, кружились и вертелись до полного истощения сил. Откружившись, они становились крестообразно один против другого и перебежали, меняясь местами. К утру, уставшие, выжатые как лимон, довольные «марьяновцы» возвращались по домам, уверенные в неперменном спасении их душ.

«СМЕХОРЫДАЮЩИЕ», «ВЕРТУНЫ»

Не отставали от них и «монтаны», известные также под именами «смехорыдающие» и «вертуны»: построившись в так называемом «святом кругу», они вертелись на одной ноге, призывая сойти на них Святого Духа, за знак чего принимали возникающие истерики со смехом, рыданиями и бессвязным лепетом. Затем «вертуны» устраивали странное сражение: били сами себя и друг друга палками и жгутами. Получив, наконец,



неверного понимания им слов псалма «окропишься иссопом» (ароматической травой). В Священном Писании, в тексте о царе Давиде, который перед ковчегом «скакаше, играя», Соколов обнаружил «богословское» обоснование скачкам и прыжкам во время молитв. Само же нелепое богослужение начиналось с общего плача и рыданий, причем не возбранялось натирать глаза луком для пущего чувства, а затем следовало целование сектантов друг с другом. Веселые ритуальные песнопения переходили в исступленные пляски, нередко оканчивающиеся свальным грехом...

«СКАКУНЫ»

Похожим образом славил Бог и «скакуны». Собрание начиналось крайне торжественно, с пения псалмов, чтения Евангелия и проповеди наставника. Потом снова затягивался псалом, мелодия которого из заунывной постепенно переходила в плясовую. Вслед за наставником все пускались в пляс и скакали по избе. Утомленные скачками, сектанты позволяли себе непродолжительный отдых и снова плясали до полного изнеможения... Представители секты

СЕКТАНСТВО

«читающих» совершали свои молитвословия в жарко натопленных помещениях, обязательно в коленопреклоненном положении и тесно прижавшись друг к другу. Вследствие жары некоторые впадали в обморочное состояние, что с радостью замечалось окружающими, толковавшими обморок как самое блаженство и конечную цель молитв...

«АКУЛИНОВЦЫ»

Многие группы верующих-раскольников остались без священников, уверяя себя в том, что все священство ныне находится в рабстве у дьявола, и потому каждый теперь - сам себе священник. Их принято называть беспоповца-

к браку - даже, может быть, слишком благоговейно: помимо законной жены, им предписывалось держать в доме еще и «сестрицу» для «христовой любви»... «Телеши» считали себя такими же безгрешными, как Адам и Ева в райском саду, и совершали свои службы полностью обнаженными с соответствующими действиями впоследствии...

«ХЛЫСТЫ»

Особенный вклад в «богословие разврата» внесли «хлысты» и многочисленные «дочерние» секты. Они учили, что физические отношения любых людей, даже самых ближайших родственников - не грех, а, напротив, «духовное явле-

лоизвестных. На почве удушения более прославились «странники». Эти сектанты были убеждены, что все они, несмотря на выполняемые ими в течение жизни изуверские предписания, все равно недостойны спасения. Преследуя самые лучшие, как им казалось, побуждения, они убивали своих заблуждавшихся братьев, для чего был разработан четкий ритуал. Убийца наряжался в красную рубаху и душил товарища красной подушкой, помогая тому искупить грехи мученической смертью. Это явление получило название «красная смерть», и в 1897 году во Владимирской губернии даже происходил судебный процесс по поводу одного раскрытого «красного» ритуального убийства...

ОЖИВАЮТ

ми. Но «свято место пусто не бывает», и в каждой такой общине непременно появлялся глава. Чаще всего это были фигуры совершенно комического толка. Например, некая баба Акулина основала свое, «Акулиновское» согласие. Вступлению в эту группу предшествовал торжественный обряд обмена крестами, все духовные лица отказывались от сана. После этого и наступало «житие в святости по истинной вере», понимаемое бабой Акулиной и ее учениками как безрассудный блуд. Вообще же в вопросе отношения полов сектанты не могли довольствоваться учением Православной Церкви на этот счет, но в своих «богословских» измышлениях они, дойдя до крайностей, зачастую полностью противоречили сами себе. Какой-то крестьянин, чье имя история не сохранила, основал так называемое «Любушкино согласие». На первом плане эти сектанты ставили «любовь, выше и сильнее которой нет ничего на земле», отличая, однако, идеальное, бесплотное чувство от земных греховных отношений. Практический же вывод был более чем удивителен: плотские связи мужа и жены категорически запрещались, поскольку жена и муж - родные люди, и их физическая связь была бы кровосмешением. Но ни мужу, ни жене не возбранялось отдавать долг телесному зову с кем заблагорассудится...

«МОРМОНЫ»

«Мормоны самарские» с удовольствием переняли от своих североамериканских братьев идею многоженства; «подгорновцы» уверяли, что главное призвание женщины - быть доступной любому мужчине, и потому все их встречи сводились к беспорядочным сексуальным отношениям... «Серые Голуби» крайне благоговейно относились

к браку - даже, может быть, слишком благоговейно: помимо законной жены, им предписывалось держать в доме еще и «сестрицу» для «христовой любви»... «Телеши» считали себя такими же безгрешными, как Адам и Ева в райском саду, и совершали свои службы полностью обнаженными с соответствующими действиями впоследствии...

НА ОСОБОМ МЕСТЕ В ИСТОРИИ СЕКТАНТСТВА СТОИТ ТЕМА СМЕРТИ

Всем известны самосожжения, которые практиковали фанатики-раскольники, боясь попасть в лапы «антихриста» - Православной Церкви. Сгорали целые деревни, населенные сторонниками этой идеи. В некоторых ответвлениях старообрядчества подобная смерть почиталась как достойная награда мученичества за веру. Но этот пример говорит о личном посягательстве человека на свою жизнь.

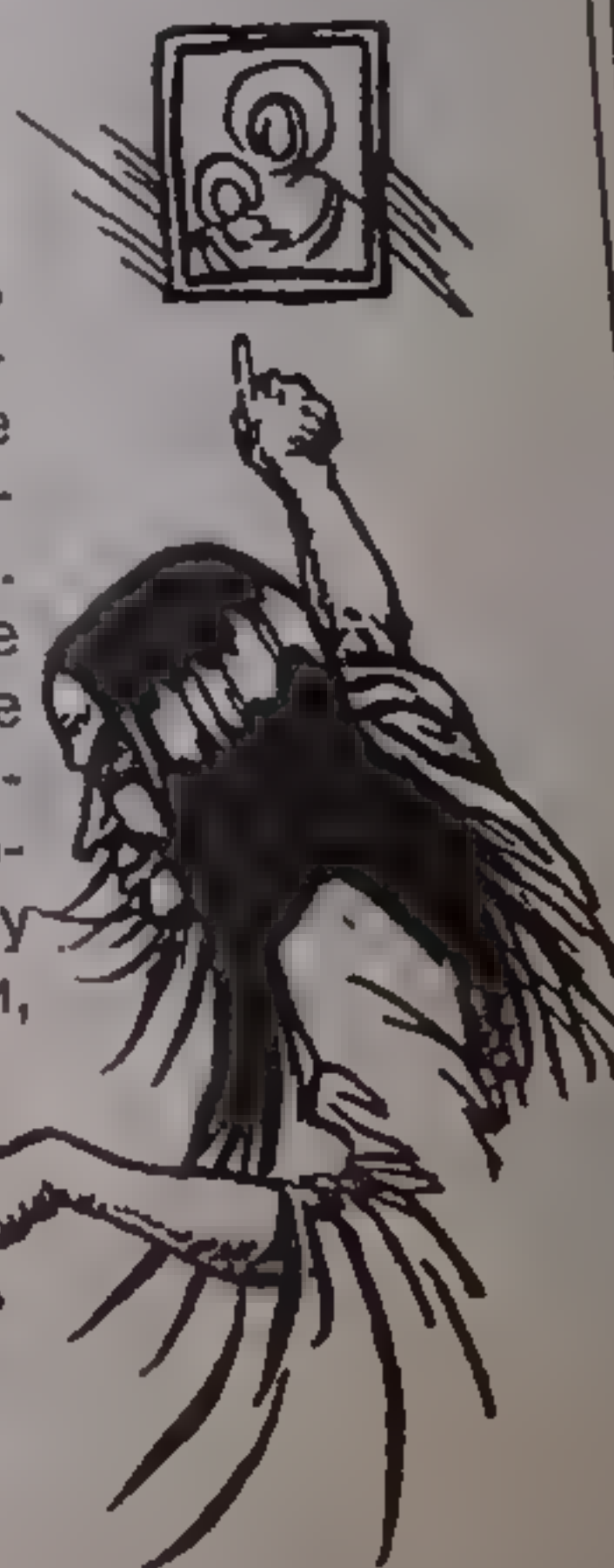
«ДУШИТЕЛИ»

Были и другие сектанты, твердо уверенные в своем праве решать судьбы людские. Целая группа таких еретиков носила имя «душителю», но даже исследователь начала XX века протоиерей С. Булгаков относит ее к числу ма-

Более сотни сект - а чего стоят одни названия! «демониаки», «перемазовцы», «воздыханцы», «бесоперевоплощенцы», «нетовцы глухие», «нетовцы поющие» и «нетовцы отрицанцы» и даже «филипповцы нечадородные» в противовес «филипповцам чадородным»...

Душа человека всегда стремилась к совершенству, и в самых диких скаканиях взамен общепринятых молитв, отказа от чая или картофеля, в лишении себя тихих семейных радостей, замеченных групповыми оргиями, вчерашний православный искал свою единственную дорогу к Богу. В отличие от современных сект, для руководителей которых все это - лишь удачная коммерция, главы старинных русских сект, как правило, сами истинно верили в свое учение, искренне считая себя «мессиями»; наравне с братией разделяли тяготы поста, странствий, молитв до изнеможения духа, тела... и блуда.

Главным же отличием было то, что власти старались разыскивать «подпольщиков» и не допускать совращения новых душ. Теперь же все больше и больше наших современников подвергается активному зомбированию, и, не встречая никакой преграды, «крестовый поход» сектантов продолжается...



Некоторые бывают людьми не по существу, а только по названию

МАГИЯ: ИСТОРИЯ, ТРАДИЦИИ

Само слово «суеверие» означает ложную веру во что-либо

(отдревнеславянского «суе» или «всуе» - напрасно, тщетно).

Суеверие многолико.

Рассыпать соль - поссориться. Тринадцать - число роковое. Левый глаз чешется - к слезам.

ния связывали многие неприятности в их жизни. Темная ночь, темная пещера, темный лес - все это грозило опасностью, скрывало хищных зверей. С тех далеких времен так и повелось, черный цвет стал как бы символом зла, коварства, опасной неизвестности. Отсюда пошли суеверные представления и о черной вороне как о зловещей птице, ночных вестниках несчастий - сове и филине.

Но вот что интересно. Оказывается, та же самая черная кошка в некоторых странах не является носителем зла. Совсем наоборот. Если

у каждого человека есть два духа, ангел хранитель и бес-искуситель. Причем, первый находится всегда около человека с правой стороны, а второй - с левой. Если это так, то понятно все, что находится слева - «от лукавого» и, значит, может принести одни неприятности. Вот почему и плюют через левое плечо, то есть в злого беса - иначе он может помешать исполнению желаемого.

Левый глаз и левая ладонь ближе к черту, значит, глазу плакать а левой руке - отдавать деньги. Зато справа от нас - дух добрый, тут все

НЕ СЫПЬ МНЕ СОЛЬ НА РАНЫ

Как видно, причины живучести различных предрассудков и суеверий кроются в особенностях нашей психики, нашего восприятия окружающего мира через призму чувств, а не разума.

Во все времена мучило человека желание узнать, что его ожидает в будущем - завтра, через недели, через год.

Другой источник, который питает мир суеверий, - случайные совпадения

Десятки и сотни раз мы наблюдаем, как дорогу перебегают черная кошка. Но вот после одной из таких встреч происходит какая-нибудь неприятность, а память тут же услужливо напоминает: перед этим была черная кошка. И теперь человека уже нелегко убедить, что совпадение ни о чем не говорит.

С черным цветом, с темнотой наши далекие предки не без основа-

в России, Бельгии, Испании принято считать, что это зверь недобрый, то в Англии она якобы приносит счастье.

Когда-то на Руси крестьянки, сажая капусту, одевались в рваную одежду и плотно убирали свои волосы. Это делалось в надежде, что капуста уродится хорошей - на ней будет много листьев, как лохмотьев на одежде и кочаны будут плотными, как гладко причесанная голова. Вы скажете - все это старина. К сожалению, нет. Вспомним современную примету: учащийся получил на экзамене отличную оценку, и на все следующие он ходит в том же костюме или платье - ведь эта одежда принесла «счастье».

От первобытной магии (колдовства) ведет свое происхождение вера в амулеты и талисманы - предметы, обладающие чудесной способностью отворачивать болезни, защищать от злых духов или же приносящие счастье, удачу в различных житейских делах. Заметив сходство камня с животным, человек брал его на охоту. Охота была удачной. Это и приводило к выводу, что странный камень, похожий на животное, - основная причина удачи.

Камень превращался в талисман.

Так было десятки и сотни тысяч лет тому назад. Но почему-то верят в талисманы и теперь. Если мы начнем выяснять почему современный человек «вооружается» столь древним средством помощи и защиты, то ответы будут самые различные, «помогает», «на всякий случай», «по привычке», «как игрушку», «в нем что-то есть», «после одного случая».

Религиозные люди верят в то, что

наоборот: правый глаз чешется - радоваться, а чешется правая ладонь - получать деньги.

В античном мире рассыпанная соль символизировала конец дружеских отношений между бывшими приятелями. У цыган существует образное выражение: «Угнала соль вражды». Вспомните и обратное - у славянских племен издавна существовала традиция встречать уважаемого гостя хлебом-солью.

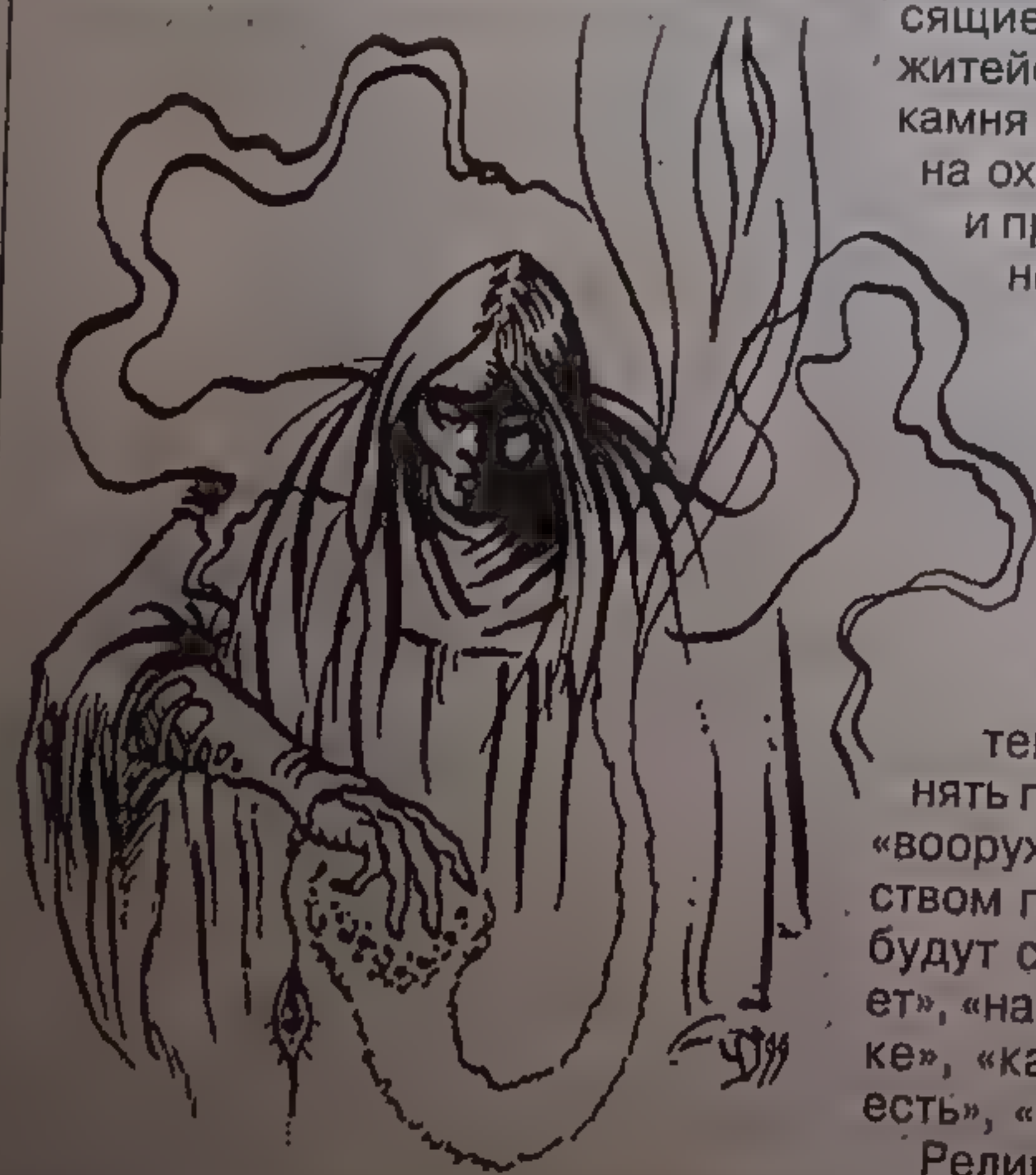
Небезынтересно, что этот символический обычай - скреплять дружбу солью - был известен у многих народов.

И эта примета связана с духами. Как быть, если соль уже рассыпана? Оказывается, «несчастью» можно помочь - надо только перекинуть через левое плечо три щепотки этой соли.

Раскрывая происхождение и сущность суеверий, нельзя не видеть, что, несмотря на различные формы и проявления, всех их объединяет один важный признак: в той или иной мере суеверия неизменно связаны с признанием потусторонних, сверхъестественных сил, от которых, как нам кажется, во многом зависит жизнь человека.

Увы, суеверные люди нередко становятся жертвами откровенных шарлатанов - знахарей, гадалок, наносят себе непоправимый вред. Подвергая себя самообману, неперестанно опасаясь того, что предвещают суеверные приметы, человек не только в какой-то мере утрачивает волю, начинает сомневаться в своих силах - он перестает видеть и ощущать мир таким, какой он есть в действительности...

Доктор РЕТТО



ПАУТИНА АЛКОГОЛИЗМА

ЗАЧЕМ ВЫ, ДЕВОЧКИ, ДРУГ ДРУГА «МОЧИТЕ»?

Алена родилась в самой заурядной семье. Отца она не помнила, родители развелись, когда дочери было два года. Мама, рано состарившаяся женщина, дарила остатки эмоций периодически меняющимся мужчинам, которые, несмотря на свою внешнюю непохожесть, обладали одной общей чертой: частенько употребляли спиртное и поколачивали маму. Учеба девочке не давалась. Ею никто не занимался, а уроки делались кое-как. Зато Алена была на удивление симпатичным и очень подвижным ребенком, заводилой всех школьных игр. В отличие от молчаливой матушки, никогда не лезла за словом в карман, и на замечания «этих тупых училок», которые таких детей недолюбливают, реагировала резко. Те в долгу не оставались, постоянно вызвали в школу мать. Той вечно было некогда, и в учебное заведение наведывались ее мужчины, каждый из которых после очередного стакана и в соответствии со своими воззрениями старался оставить свой след в воспитании девочки. Она терпела, а потом, после очередного скандала, первый раз ушла из дому, два дня ночевала у подруги. Потом стала прогуливать школу, завела дружбу с компанией пацанов, от Алены частенько стало пахнуть «Столичными» и «Столичной». Все «балдели» от ее стройной фигурки с длинными ногами, от больших, по-женски блестящих глаз. Длинные черные ресницы не нуждались в косметике. Несмотря на видимую хрупкость фигурки, она обладала природной физической силой, гибкостью и ловкостью, так что на сексуальные домогательства некоторых отчаянных пацанов могла ответить мгновенно и жестко.

Среди многочисленных приятелей Алена выделяла только одну подругу - Оксану. Девушки вместе учились в школе, если только это можно назвать учебой, вместе проводили свободное время. Нужно сказать, что Оксана была из такой же «неблагополучной семьи». Родители постоянно что-то где-то зарабатывали, продавали и пропивали, а для дочери снимали комнату в доме полуглухой и полуслепой старухи. Периодические денежные вли-

вания, поступавшие от «родаков» и свободная жилплощадь позволяли подругам частенько «зависать» в комнате Оксаны.

Очередная пьянка вновь была посвящена празднованию «двухсотлетия граненого стакана», то есть - без всякого повода, до соплей и блевотины. Но в этот раз девушки пригласили в компанию 16-летнюю Ирину и 18-летнего Вадима. К Вадиму Оксана давно и неровно дышала. Совместная пьянка, по мнению хозяйки «хазы», должна была сблизить ее с предметом мечтаний.

Сколько спиртного требуется четверым подросткам, чтобы упиться в «драбадан»? На этот вопрос ответить сложно, но часа через два развеселого гудежа парень и девушки, как говорится, уже лыка не вязали и покатом улеглись спать, где придется...

Оксана проснулась к вечеру. Голова трещала, во рту стоял дикий сушняк. Памятуя, что лечиться необходимо подобным, хозяйка быстро растолкала Ирину и предложила следовать плану: сейчас разбудить Алену и Вадика - пусть соберут на стол, а самим смотаться «тут недалеко» к одной бабушке, которая подторговывает самогоном. Благо, денег на пару бутылок хватит, а большего и не требуется. Алена и Вадим остались в доме одни...

Дальше остается лишь строить догадки. Позже на следствии Вадим скажет, что Алена стала «вешаться» на него, чтобы насолить «этой шалашовке Оксанке», но у них ничего не получилось, так как юноша был сильно пьян. Так это или нет, - что теперь гадать? Сильное опьянение не помешало парню найти дорогу домой и улечься спать.

Застав Алену одну, Оксана с Ириной, естественно, поинтересовались, куда девался гость. И тогда случилось непоправимое. С циничной прямотой Алена заявила подру-

ге: «Тебе-то что, мармыза, твой поезд ушел, а кто опоздал, тот галимый пассажир», - и, не жалея красок, начала расписывать события, которые якобы произошли в комнате, пока хозяйка ходила за самогоном. Оксана выслушала молча. Так же молча вышла на кухню и взяла сковороду. Вернувшись в комнату, несколько раз сзади ударила Алену по голове... Потом девушку еще долго били, несколько раз свалили на нее, уже полуживую, тяжелый пла-

тяной шкаф. В конце концов, Оксане попал под руку кухонный нож, и, желая окончательно свести счеты с соперницей, она дважды ударила Алену в сердце.

Среди ночи труп вытаскивали из дома и утопили в заброшенном колоде, откуда давно никто не брал воду.

... Позже убийство раскрыли, преступниц задержали, но для меня в этой истории остается одно белое пятнышко, и разрастается оно до гигантских размеров. Кто и каким образом продал девчонкам спиртное? Почему вообще возможна такая торговля? Уж не с молчаливого ли согласия властей? Отчего разные бабульки продолжают торговать самогоном, калеча, а порой и отбирая молодые жизни. Возможно с этих вопросов нужно начинать бороться с подростковой и детской преступностью?

Я точно знаю, что дерущиеся девчонки страшнее пацанов. Разнять их, во всяком случае, намного труднее, они бросаются друг на друга, как бультерьеры.

Валерий ВЕСЕЛОВ

В страхе больше зла, чем в самом предмете, которого боятся

Геморрой - одно из самых распространённых заболеваний, с которым сталкиваются 30% мужчин и женщин старше 25 лет. Так, по крайней мере, утверждают некоторые знатоки. Но на самом деле такого заболевания не существует в природе. Только не надо громко возмущаться, снимать штаны, показывать и предметно доказывать обратное. Сейчас мы вместе во всем этом разберемся.

И ВСЕ-ТАКИ ОНА ЕСТЬ!

Болезнь, конечно, есть. Вот только название у нее не совсем правильное. Слово «геморрой» - это слегка искаженное на русский лад «haimorrois», что с греческого переводится как кровотечение. И не больше. Можно, конечно, спросить: «Ну и что? Какая разница, как оно называется?». Да есть разница! Выходит, если у вас порезан палец и кровь хлыщет рекой, то вполне можно сказать - геморрой из пальца. Кровь пошла из носа - тоже геморрой. У женщины начались месячные - и это геморрой! Ну и что? Есть разница?!

ГДЕ СУТЬ?

В данном конкретном случае мы имеем типичный, классический пример того, как название болезни не отражает его сути. Очевидно, в истории его возникновения лежит одно из проявлений геморроя, а именно наиболее частый его симптом - кровотечение. Однако все те, кто страдает этой болезнью, хорошо знают - она проявляется не только этим. Интересно, что это название прижилось не только в народе,



Крепкий тыл —

но и в медицине. Оказалось, легче использовать старое и неправильное название, чем придумать новое и правильное.

ЗАГЛЯНЕМ В...

Бог с ним, с названием. Проблема геморроя, к сожалению, не только в этом. И даже совсем не в этом. Проблема в том, что как бы эта штука в зад у не называлась, она очень часто и сильно беспокоит своих владельцев. Именно с геморроем связано болезненное воспаление и увеличение геморроидальных узлов. Геморрой проявляется крайне мучительными симптомами: болью, зудом, жжением и, конечно же - кровотечением. Так вот где суть! Узлы! Откуда они, родимые, берутся? И как с ними бороться? Ведь болячка эта такая, что ни посмотреть, ни показать!

А ПОСМОТРЕТЬ ПРИДЕТСЯ

Если не забивать себе мозги лишними подробностями, то геморроидальные узлы - не что иное, как расширенные вены. Вам наверняка встречались люди, у которых вены на ногах сильно извиты и образуют бугры или узлы. Геморроидальные узлы, в общем, то же самое. Область прямой кишки имеет очень хорошее кровоснабжение и артериальное, и венозное. Но у целого ряда людей вены от рождения имеют некий недостаток, чаще всего встречающийся у женщин.

КАК УСТРОЕНА ВЕНА

Вена - это не просто трубочка, по которой течет кровь. Трубочка устроена так, что кровь по ней течет

только в одном, строго определенном направлении. На внутренних стенках вены имеются специальные карманчики-клапаны. Если по какой-то причине кровь в вене пытается течь в другую сторону, «карманчики» наполняются и перекрывают ее просвет. Когда с клапанами все в порядке, то ничего страшного и не проис-

ходит. А если клапан с дефектом, то он и работает кое-как, а, в конце концов, и вовсе перестает выполнять свои функции. Как результат - в самом неподходящем месте переполненная кровью вена расширяется, извивается, образует узлы.

ПРИЧИННО-СЛЕДСТВЕННАЯ ЗАВИСИМОСТЬ

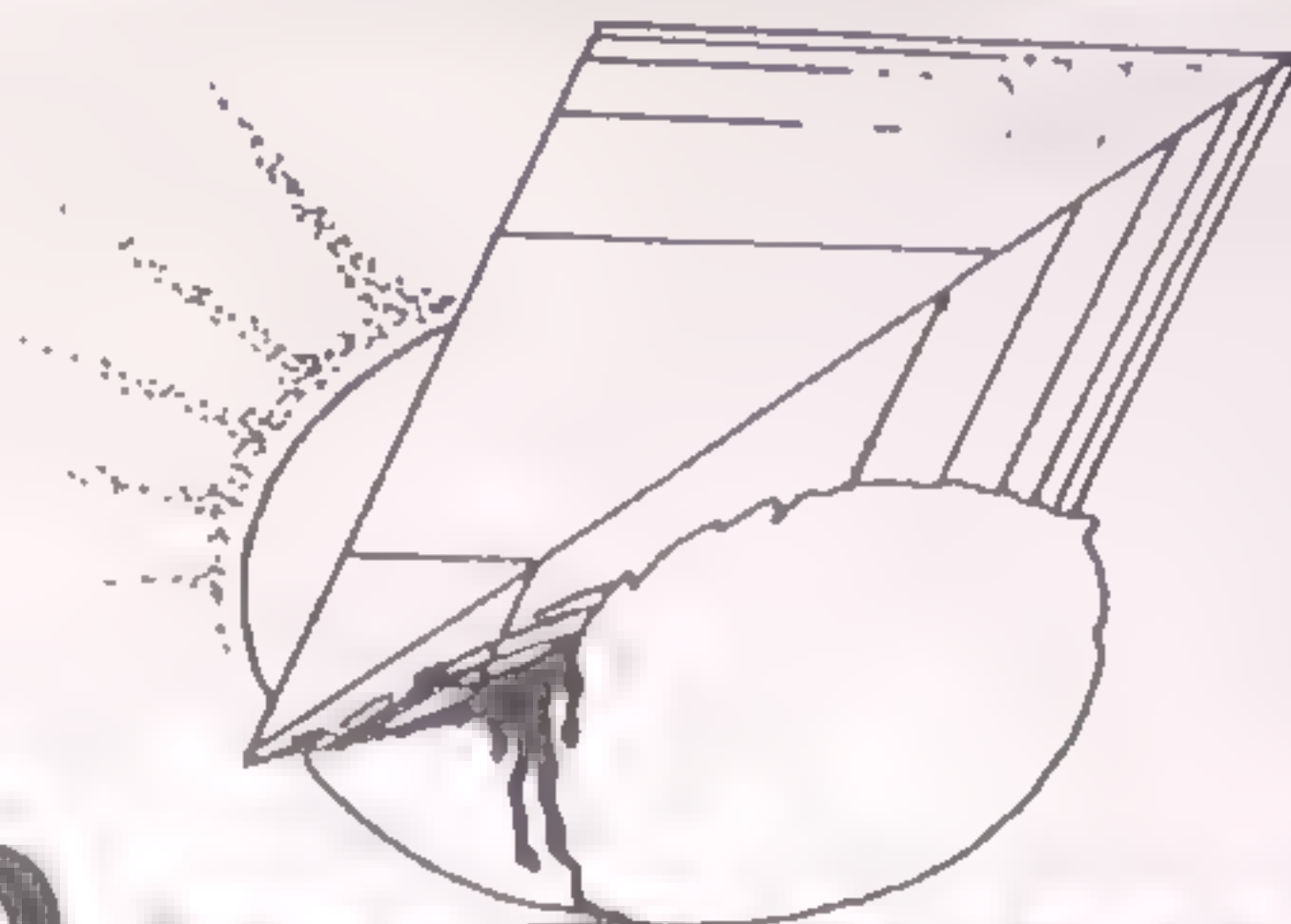
Самая распространенная причина геморроя - сидячий образ жизни и чрезмерные физические нагрузки. К геморрою могут привести и затруднения со стулом из-за нарушений режима питания. Геморрой нередко возникает у женщин во время беременности. А еще он появляется как следствие некоторых болезней. Все эти причины приводят к тому, что у человека повышается внутрибрюшное давление и затрудняется отток крови из вен нижней половины тела. Тем, у кого венозные клапаны работают нормально, геморрой из-за повышения венозного давления и застоя кровообращения в малом тазу чаще всего не грозит. Ну а остальным приходится его лечить.

НАЧНЕМ С ПРОФИЛАКТИКИ

Грозит вам или не грозит геморрой - узнать не просто. В принципе - можно, но сложно и дорого. Гораздо проще и дешевле придерживаться правил профилактики. Профилактика же геморроя довольно проста и подходит всем - и с предрасположенностью и без. Избегайте сидячего образа жизни и давайте нагрузку различным группам мышц. Не зло-

КОНСУЛЬТАЦИИ СПЕЦИАЛИСТА

употребляйте алкоголь, острой пищей, придерживайтесь диеты, богатой белком и постарайтесь пить большое количество жидкости - не менее 2-3 литров в сутки. Глупо, кстати, рекомендовать избегать беременности в качестве профилактики геморроя, но иногда встретишь и такое!



важен для всех

БЕРЕГИТЕ МУЖЧИН!

И, между прочим, женщины страдают геморроем реже, нежели мужчины. Да. Вены у женщин чаще бывают с врожденным изъяном. Это факт. Но геморроем по статистике слабый пол болеет меньше. Это тоже факт. Из ста болеющих - 80 мужчин и 20 женщин. Скажите на милость, где вам встречался беременный мужчина? Физические нагрузки у мужчин, несомненно, выше, чем у женщин. Однако не только от этого они чаще болеют. Вспомните, что мы говорили в мерах профилактики относительно алкоголя, острой пищи и диеты. А теперь сравните образ жизни стандартного мужчины с этим пунктом. Выводы делайте сами.

А ТЕПЕРЬ - АНКЕТА

Как у нас всегда происходит, прежде чем пойти к врачу, больной лечит себя сам. Если спросить у человека с геморроем, почему он сразу не идет к доктору за помощью, то ответы чаще всего бывают такими.

- **Стыдно.**
- **Думал — само пройдет.**
- **Лечился сам.**
- **Лечился дома народными способами.**
- **Ходил к бабке.**

Вы страдаете геморроем, тогда выберите свой любимый вариант ответа и поставьте возле него галочку. Можете дописать другой вариант и прислать его в редакцию. Честное слово — интересно.

ГЕМОРОЙ - ОСНОВНЫЕ СИМПТОМЫ

Чаще всего геморрой протекает с симптомами, которые представлены в нашей следующей анкете.

- **Кровотечение.**
- **Выпадение узлов из анального канала.**
- **Анальный зуд.**
- **Чувство дискомфорта в анальном канале.**
- **Выделение слизи.**

Поставьте галочку возле того симптома, который больше всего беспокоит именно Вас или допишите свой ответ. Официальная статистика нам известна. Хорошо бы еще знать, как все обстоит на самом деле.

ИДЕМ В АПТЕКУ

Рано или поздно, но каждый, страдающий геморроем человек, все равно придет к врачу. Но прежде обязательно зайдет в аптеку. Зачем? Он это делает с последней надеждой — а вдруг не придется идти к врачу, а вдруг там есть проверенное и надежное лекарство? Если зайти в аптеку вслед за ним и посмотреть на прилавок с разнообразными препаратами от геморроя, то сразу станет ясно — нашему больному сделать свой выбор окажется затруднительным. Слишком велико их количество. И все от геморроя!

Что ж, пора говорить о лечении, но уже в следующем номере.

Профессор Алекс МИТЧЕЛ

Народные рецепты

Эффективное средство от внутреннего и наружного геморроя

Для лечения внутреннего и наружного геморроя с успехом применяют сок свежей рябины. Этот сок действует лучше, чем специальные слабительные средства. Следует пить рябиновый сок три раза в день по две рюмки с добавлением сахара и запивать стаканом воды.

Монголо-китайское средство от геморроя

Взять: камфоры - 7 фуи (китайская аптекарская единица веса приблизительно равна 2,33 грамма), медного купороса - 5 фуи, а также 10-15 граммов мозга из берцовой кости.

Все это тщательно растирают и смешивают до состояния однородной кашицы. Полученного количества лекарства достаточно для того, чтобы два-три раза смазать больное место. Смазывать больное место рекомендуется один раз в день в любое время суток, но предпочтительнее делать это перед сном, не надевая при этом нижнего белья. Мазь следует хранить в прохладном месте. Геморрой проходит довольно скоро,

если больной во время лечения воздерживается от употребления горячительных напитков, половой жизни, продолжительной ходьбы и работы в стоячем положении. Телесное спокойствие способствует выздоровлению больного. Человек непьющий и ведущий воздержанный образ жизни выздоравливает быстрее.

В какие узкие пределы втиснута жизнь множества людей!

НАРОДНЫЕ РЕЦЕПТЫ: ДАВЛЕНИЕ

На протяжении 25 лет я страдаю повышенным артериальным давлением. В особенности это ощущается в период ненастной погоды. Перед дождем мне иногда кажется, что у меня виски «идут на разрыв». Начинаю хуже слышать, немеет левая сторона тела. Дело в том, что мой дед в свое время умер от повышенного давления, мать всю жизнь страдает тем же. Мне помогают только сильнодействующие препараты, а привыкать к ним очень бы не хотелось. Не подскажите ли, несколько народных рецептов нормализации давления?

Заранее благодарен Владимир ИЛЬЕНКО

г. Донецк

МЕД С СОКОМ СВЕКЛЫ, МОРКОВИ И РЕДЬКИ ПРОТИВ ГИПЕРТОНИИ

Смешать в равных объемных соотношениях сок свеклы, моркови, редьки и пчелиный мед. Принимать по 1-2 ст. ложки за полчаса до еды 3 раза в день в течение двух-трех месяцев при гипертонии.

Смесь хранить в прохладном и темном месте.

ГРЕЦКИЕ ОРЕХИ С МЕДОМ ПРОТИВ ГИПЕРТОНИИ И АНЕМИИ

Съедать в день за 3-4 приема по 100 г толченых ядер грецких орехов, смешанных с 60 г меда, в течение 45 дней при гипертонической болезни. (В ядрах орехов много магния, который обладает сосудорасширяющим и мочегонным действиями, а также калия, способного выводить натрий из организма и увеличивать мочеотделение. Все это обеспечивает их гипотензивный эффект). Смесь эта весьма полезна также при железодефицитной анемии (в ядрах грецких орехов содержатся железо, медь, кобальт, цинк и витамин B₆, необходимые для образования эритроцитов; мед желателен использовать гречишный).

ВВЕРХ И ВНИЗ

ФИТОНЦИДЫ ТОПОЛЯ ПИРАМИДАЛЬНОГО, СИРЕНИ И ПОНИЖЕННОЕ АРТЕРИАЛЬНОЕ ДАВЛЕНИЕ

Тем, у кого гипотония, хорошо дышать фитонцидами тополя пирамидального и сирени. Это способствует нормализации артериального давления, улучшает самочувствие и работоспособность.

ВАННА С ТРАВАМИ И ГИПЕРТОНИЯ

Приготовьте сбор из следующих растений: Береза повислая, листья 50,0. Душица обыкновенная, трава 30,0. Сушеница топяная, трава 30,0. Хмель обыкновенный, соплодия 15,0. Чабрец, трава 15,0. Липа мелколистная, соцветия 15,0. Шалфей лекарственный, трава 15,0. Все залить 5 л кипятка, прокипятить 10 мин, настоять полчаса, процедить, оставшееся сырье отжать отвар и вылить его в ванну. Принимать ее после гигиенического душа. Длительность ванны 5-15 мин (в зависимости от самочувствия). Температура 37-39 °C. Можно принимать общие или ножные ванны (для ножных ванн температура воды 39-40 °C). Ванна способствует снижению повышенного артериального давления, снимает нервное напряжение, улучшает сон и общее самочувствие, оказывает общеукрепляющее действие. Она может также предупредить начинающееся респираторное заболевание.

ЗОЛОТОЙ КОРЕНЬ С МЕДОМ ПРОТИВ ГИПОТОНИИ

Взять 1 чайную ложку измельченного корня родиолы розовой (золотого корня), залить 1 л кипятка, выдержать на кипящей водяной бане 15 мин, настоять 30-40 мин и пить по 150 мл с чайной ложкой меда 3 раза в день за 20-30 мин до еды при гипотонии, умственной и физической усталости, а также при астенических состояниях после перенесенных болезней и при склонности к острым респираторным заболеваниям и гриппу.

ТРАВЯНАЯ ВАННА И СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫЕ БОЛЕЗНИ

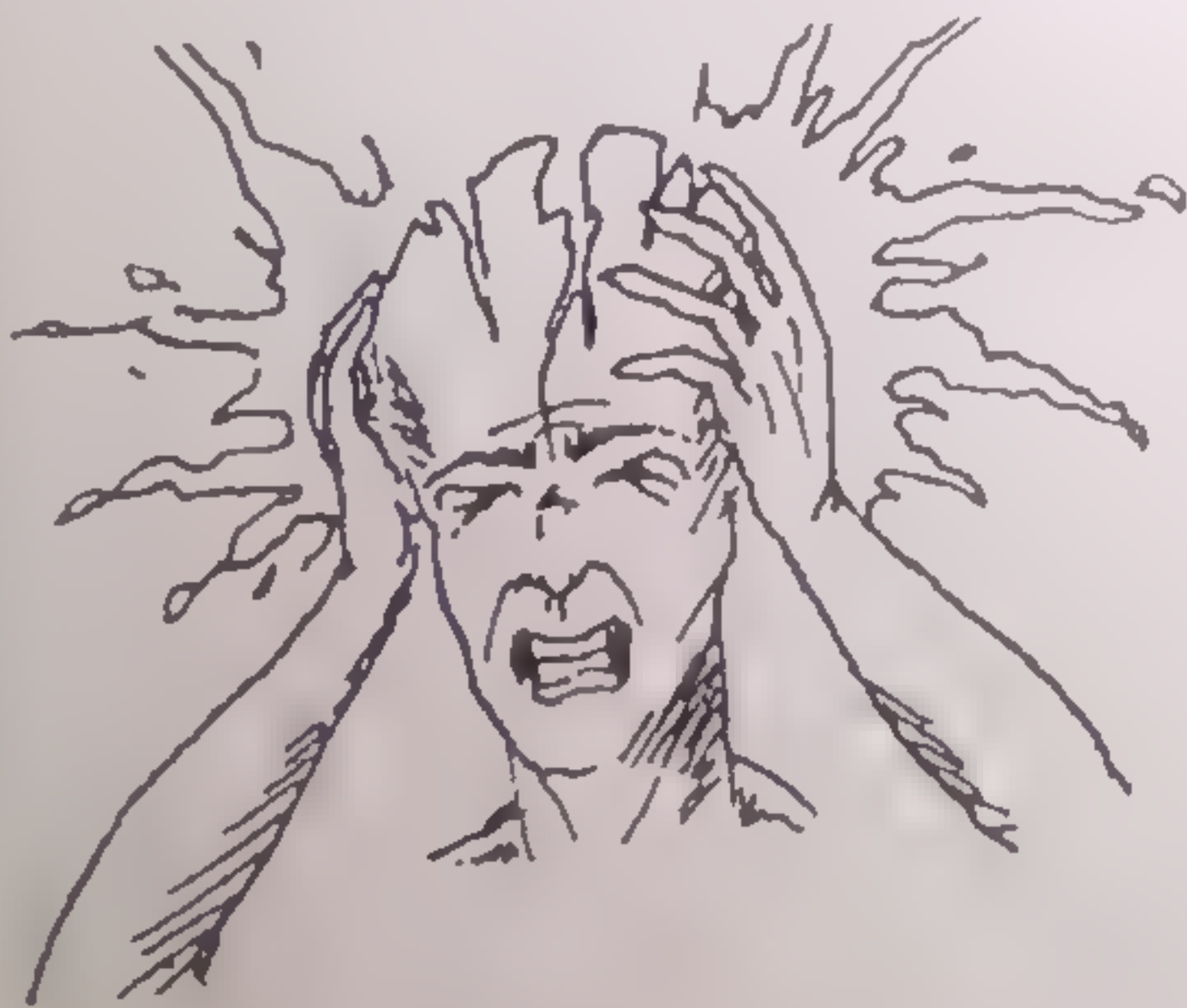
Приготовить следующий сбор: Сосновые иглы 200,0. Лист боярышника 100,0. Трава сушеницы топяной 50,0. Соплодия хмеля обыкновенного 50,0.

Все залить 7 л кипятка, варить 7-10 мин, настоять полчаса, процедить и вылить отвар в ванну. Принимать ее при повышенном артериальном давлении, вегетативных дисфункциях, сопровождающихся повышением артериального давления, головокружениями, спазмами коронарных сосудов, экстрасистолической аритмией, бессонницей, при неврозах сердца, а также для восстановления сил после утомительной физической и эмоциональной нагрузки.

Температура ванны 36-37 °C, длительность 10-15 мин.

ФИТОНЦИДЫ ДУБА И ГИПЕРТОНИЯ

Тем, кто страдает гипертонией, очень полезно бывать вблизи дубовых деревьев. Во многом это связано с тем, что летучие фитонциды дуба понижают артериальное давление. Это их свойство иногда используется и при стационарном лечении гипертоников: с помощью специального прибора «Аэрофит» воздух помещения насыщается фитонцидами листьев дуба. В результате улучшается самочувствие больных, их сон, артериальная кровь лучше насыщается кислородом.



НАРОДНЫЕ РЕЦЕПТЫ: РЕВМАТИЗМ

Лет 20 назад, когда я всерьез занимался альпинизмом, мне часто приходилось ночевать в сырых палатках, потрепанных спальных мешках. Сейчас за увлечение молодости приходится расплачиваться собственным здоровьем. Я занимал в походах жесточайший радикулит. Подчас мне очень трудно даже вставать с кровати. Боли то утихают, то усиливаются. Перепробовал все лекарства, но хотелось бы узнать как можно больше методов, если не излечения, то хотя бы облегчения и временного снятия болей в пояснице и суставах.

г. Кривой Рог

Олег ДРОЗДОВ

МУРАВЬИНАЯ ВАННА (паровая)

Содержимое муравьиной кучи насыпать в ведро и дополнить его крутым кипятком. Из ведра пойдет пар, над которым и следует парить больные члены пациента. Если это рука или нога, то лучше всего накрыть их какой-нибудь материей, однако материя не должна касаться поверхности больной руки или ноги, пар должен циркулировать вокруг нее. Материя должна свисать ниже краев ведра.

ВЕЛИКОЕ И УНИВЕРСАЛЬНОЕ НАРОДНОЕ СРЕДСТВО ОТ РЕВМАТИЗМА ВСЕХ РАЗНОВИДНОСТЕЙ, ДО СУСТАВНОГО ВКЛЮЧИТЕЛЬНО

Исследователи русской народной медицины утверждают, что средства из БЕРЕЗОВЫХ ПОЧЕК применяются при лечении всех разновидностей ревматизма.

Почки настаиваются на водке или спирте, и настойку используют для втираний. В малых дозах она применяется и для приема внутрь. Березовые почки иногда завариваются кипятком, настаиваются в чайнике, и больной пьет их как чай, чтобы вызвать потоотделение. Однако мазь из березовых почек считается самым сильным и действенным средством лечения ревматизма. Эта мазь употребляется для натирания больных мест у ревматиков, она действенна при лечении всякого ревматизма, не исключая и ревматизма наследственного происхождения.

Эта высокоцелебная мазь готовится так. Взять два фунта совершенно свежего непастеризованного и несоленого коровьего масла. Масло положить в глиняный горшок вместе с березовыми почками слоями: слой масла в полдюйма толщиной следует чередовать со слоем почек такой же толщины до тех пор, пока горшок будет почти полным. Затем закрыть горшок крышкой и поставить на 24 часа духовку. Затем выжать масло из почек и положить в выжатое масло одну четверть унции камфоры, истолченной в порошок. Держать эту мазь в прохладном месте крепко закрытой. Этой мазью следует натирать все больные ревматизмом места не менее одного раза в день, лучше вечером перед сном.

КОГДА «КРУТИТ» СУСТАВЫ

СТАРИННОЕ И ЗАМЕЧАТЕЛЬНОЕ НАРОДНОЕ СРЕДСТВО ОТ МНОГИХ РАЗНОВИДНОСТЕЙ РЕВМАТИЗМА

Накопать свежих земляных красных червей и положить их в стеклянную банку, долить банку водкой. Не следует наливать водки слишком много, когда водка покроет верхний слой червей - довольно. Покрывать банку толстой бумагой или пленкой пузыря животных и завязать шнурком. Не употребляйте притертой пробки и вообще не закрывайте банку с настойкой герметически. Держать банку на солнце в течение нескольких дней. Втирать эту настойку в больные ревматизмом места по крайней мере один раз в день вечером перед сном.

МУРАВЬИНАЯ НАСТОЙКА

Взять бутылку размером в одну кварту, набить ее до половины муравьями и долить бутылку доверху водкой или спиртом. Следует настоять содержимое бутылки в течение нескольких дней в теплом месте. Это средство очень полезно при старых ревматических болях, простуде с насморком и для того, чтобы вызвать потение. Следует пить эту настойку утром и вечером. Доза от половины до одной чайной ложки.

МУРАВЬИНАЯ ВАННА (водяная)

Положите в мешок содержимое одной муравьиной кучи и принесите его домой. Высыпьте из мешка в ведро все, что есть, и долейте ведро доверху крутым кипятком. Следует настоять содержимое ведра в течение нескольких часов, а затем вылить в горячую ванну с температурой от 30 до 37 градусов Цельсия. Для увеличения целебной силы ванны следует добавить в нее довольно значительное количество свежих березовых листьев. Березовые листья можно заменить свежими цветами ромашки или свежей богородской травой.

Примечание: НЕЗЫБЛЕМОЕ ПРАВИЛО - как наружное, так и внутреннее употребление средств, имеющих базой муравьев, должно продолжаться до тех пор, пока наружное употребление не вызовет обильное потение, а внутреннее - красноту кожи, и вдобавок покрасневшая кожа начнет шелушиться и слезать.



Забота об излишнем часто соединяется с потерей необходимого

«Уважаемая редакция «СД»!
У меня к вам вопрос из потребительской практики. Вы знаете, что цены на рынках сейчас несколько ниже, чем в магазинах, потому народ стремится на базары. Но вот качество продуктов, продаваемых с лотков, машин и открытых прилавков не всегда идеально, и если за продажу просроченных продуктов магазину можно предъявить претензии, то на рынке это удастся не всегда. Подскажите, как правильно выбирать продукты. Естественно, не все, но хоть основные»

Татьяна К. г. Донецк.

нести к разряду некондиционных продуктов. Исключение составляют сыры, у которых некоторые из вышеприведенных признаков свидетельствуют о зрелости (например, белый с плесенью сыр типа рокфор) и доброкачественности.

При покупке **МЯСА** имеет смысл обратить внимание на цвет мяса, а также цвет и размеры жировых слоев. Светло-розовый цвет, как правило, говорит о молодости мяса, а темно-красный, почти бордовый, — о «пенсионном возрасте» животного. Цвет мяса зрелого, но не «пожилого» животного, находится в пределах ярких и бледных красных тонов.

Если прожилки жира практически отсутствуют или имеют незначительный объем и ярко-белый цвет — мы имеем дело с молодым животным. Чем

процессами.

Кроме цвета в вареной колбасе имеет значение плотность прилегания оболочки, отсутствие под оболочкой и в теле колбасы слизистых и водянистых включений. Срез колбасы должен иметь не влажный, матовый блеск и ровную поверхность — без бугров и рытвин. Сама структура фарша должна быть однородной, за исключением наличия специальных наполнителей, если они предусмотрены сортом колбасы. Жир должен быть абсолютно белого цвета, без всяких посторонних включений.

КОПЧЕНАЯ КОЛБАСА не должна иметь на поверхности плесени и обладать естественной эластичностью. Аромат копчения должен быть легким и не достигать границы дымного запаха. Сало, входящее в наполнитель, должно иметь также чисто-белый оттенок без включений. Хочется напомнить читате-

Капля молока на ногте

Подобных писем в редакционной почте более чем достаточно. Конечно, дать квалифицированную консультацию по всем пищевым продуктам, продающимся на рынке, просто невозможно. Но вот некоторые советы.

При выборе **МОЛОКА** главное — соответствие срока годности, который чаще всего обозначается как дата, до которой необходимо употребить данный продукт. Иногда, в основном на отечественной продукции, ставится дата изготовления с указанием срока хранения. Если вы решили побаловать себя или своих детей настоящим парным молоком, можно легко определить при покупке, добавлена в него вода или нет. Капните каплю такого молока на ноготь большого пальца и понаблюдайте — если капля сразу растекается, значит, в молоке присутствует вода, если удерживается целой каплей, значит, молоко не разводилось.

СМЕТАНА должна иметь однородную массу ровного белого цвета, без кислого запаха, без водянистых расслоений и твердых комков. Наличие на поверхности сметаны жидкости также говорит о несоответствии технологии ее производства.

Покупая **ТВОРОГ**, обратите внимание на его ровный белый цвет, рассыпчатость, отсутствие свалевшихся комков в структуре. Пожелтевшие участки также говорят о его некондиционности.

СЫРЫ, имеющие на своей поверхности трещины, а в самом теле включения молокообразного свойства, утратившие свою эластичность и покрытые, пусть частично, плесенью, можно от-

массив жира больше, а цвет его все более приобретает темно-желтый оттенок, тем более преклонный возраст имело животное, мясо которого перед вами.

Но значение имеет не только возраст мяса, но и его свежесть. Если вы приобретаете не мороженое мясо и сомневаетесь в его свежести, — ущипните его. Если след от щипка сразу после того, как вы отпустили, разошелся — значит, мясо свежее. Если мясо продолжает топорщиться или слишком медленно восстанавливает прежнее состояние, скорее всего, продукт достаточно полежал перед вашей покупкой.

Определить свежесть замороженного мяса трудно, но возможно. Достаточно накалить на огне зажигалки кончик иглы и воткнуть в мясо. Если, понюхав кончик, вы ощутите запах гнилого мяса, значит, вам продают плохой товар. Если пахнет просто пригоревшим мясом, все в порядке, покупайте.

Покупая **ВАРЕНУЮ КОЛБАСУ**, желательнее посмотреть, в первую очередь, на ее цвет. Естественный цвет колбасного фарша после окисления — зеленый (цвет ливерной колбасы). В большинстве вареных колбас для придания им более товарного вида добавляют компоненты, замедляющие окисление и придающие колбасе привлекательный розовый цвет. Однако, поскольку эти компоненты не очень полезны для здоровья, их количество при соблюдении правил придает слабо-розовый цвет готовому изделию. Ярко-красные и красные окраски говорят о превышении дозировки. Исключение составляет ряд колбасных изделий (кровяная колбаса, копченые сосиски и т. д.), где красный цвет обусловлен другими технологическими

лям, что копчености оказывают вредное влияние на организм, особенно печень и поджелудочную железу и порекомендовать оставить их в своем рационе в качестве деликатесов, но не строить на них повседневное питание.

При покупке **СВЕЖЕЙ РЫБЫ** обратите внимание на отсутствие пленки на глазах, а также вздутого живота и слизи в жабрах. Появление этих признаков говорит о недоброкачественности. Свежемороженую рыбу можно проверить так же, как и свежемороженое мясо.

Сейчас многие еще предпочитают неразделанных кур **ОКОРОЧКАМ** и импортным полуфабрикатам. При такой покупке важное значение имеет возраст птицы. Его легко определить по лапам. У молодых птиц цвет кожи на лапах практически белый, а чешуйки имеют слабо выраженный характер. С возрастом цвет меняется на более желтый и темный, а чешуйки приобретают ярко выраженный характер и становятся различимы даже на расстоянии.

Важным вопросом является не только проблема, что покупать, но и где покупать. Отдавайте предпочтение магазинам и избегайте приобретать скоропортящиеся продукты в палатках со смешанным содержанием, где вместе с колбасой продают магнитолы. Покупайте на рынках у торговцев в официальных местах и обходите стороной торговцев с рук. Дорогие супермаркеты — своеобразная гарантия высокого качества, но не всем по карману. Приобретайте товары известных производителей, но помните, что их чаще всего и фальсифицируют.

человек, согласившийся встретиться со мной, поставил определенное условие: ни имен, ни фамилий. Он - бывший сотрудник отдела по борьбе с незаконным оборотом наркотиков. Так что лишняя реклама ему ни к чему.

тывал, кололся и получал кайф. После падения «железного занавеса» много чего хлынуло из-за рубежа - в том числе и наркотики. А спрос рождает предложение, появилась молодежь, возжелавшая отведать героинчику. И пошло-поехало.

- Нельзя ли объяснить, почему в милических сводках фигурируют смехотворно малые дозы зелья, изымаемые у задержанных?

- Для этого нужно представить себе современную наркодилерскую

сте, по-моему, после торговли оружием, поэтому не может быть и речи о легализации дурманящего снабдья. Это все равно, что тушить пожар бензином и дистрофию лечить голодовкой. Хотя в нашей стране все возможно, и я уже ничему не удивляюсь.

Незаконно хранил маковую соломку 39-летний дончанин. В поселке шахты им. Абакумова он был задержан сотрудниками милиции. При личном досмотре обнаружено и изъя-

ДОЗА ПО ПЕЙДЖЕРУ

- В фильмах часто приходится наблюдать методы борьбы с наркомафией: погони, перестрелки, рукопашные схватки. Так ли выглядит со стороны ваша работа?

- Ничего подобного. Проследить, задержать человека нужно так, чтобы он до последнего момента ничего не подозревал. Если начнется погоня, преступник просто выбросит наркотик.

- Что подразумевается под незаконным оборотом наркотиков? Сколько можно иметь их при себе без риска быть привлеченным к уголовной ответственности?

- Под незаконным оборотом подразумевается производство «наркотов», переработка, хранение, перевозка, реализация, контрабандный ввоз и вывоз. Легальный оборот - это производство наркотических средств и их официальное применение в медицинских целях. Что же касается «законной дозы», то таковой, скажем, для героина - препарата, вызывающего сильное психическое и физическое привыкание, - вообще нет.

- Сейчас многие считают, что та же марихуана серьезной физической зависимости не вызывает. Каково на этот счет ваше мнение?

- Зависимость вызывают все наркотики, только в разной степени. А вот распространяют такие слухи, конечно же, те, кому это выгодно, - разного рода наркодельцы.

- Вы упомянули героин. Он уже появляется у нас? Раньше вроде бы не было.

- Попытки ввезти героин были и раньше, но тогда у нас имела своя наркосреда. Человек покупал опий, он же «грязный героин», обраба-

структуру. Раньше бывало, что в условленном месте сбыта встречались продавец и несколько клиентов. Места эти мы знали, держали под контролем. Сейчас, с появлением пейджеринговой связи, работа усложнилась. Покупатель шлет на пейджер закодированное сообщение и где-то на квартире встречается с «толчком». Современный уличный наркодиллер, как правило, сам «наркоша». Он берет 5-граммов героина, пару оставляет себе, оставшиеся разбавляет до начальных 5 граммов. Над диллером стоит посредник, могущий взять граммов 10 и «сбросить» с них по грамму - два. Еще выше те, кто берет 20-50 граммов, они, опять же, что-то оставляют себе. То есть тот, кто идет за наркотиком на улицу, настоящего наркотика не найдет - сплошь наполнители. Что же касается «хозяев товара», то эти наркотики и в руки не берут, они свое за счет разницы на опте получают. Такого отловить трудновато, а доказать его вину еще труднее.

- Какие-то специфические методы работы у вас есть?

- Методы самые обычные. Ничего противозаконного. Вот если бы государство больше средств нам выделяло, как за границей, чтобы за ценную информацию можно было бы предложить стоящее вознаграждение.

- Сегодня некоторые сторонники легализации наркотиков считают, что если разрешить свободное употребление и производство препаратов, наркомафия будет побеждена. Каково ваше мнение по этому поводу?

- Скажу так: наркомания - бич многих стран мира. Наркотический бизнес по прибыльности - на втором ме-

то 398 граммов криминального дурмана.

Сотрудниками Горловского отдела УБОП задержаны двое жителей Северодонецка, которые занимались распространением наркотического вещества «ДОБ», выдавая его за амфитамин. На момент задержания у них изъято более 100 граммов указанного вещества. Злоумышленники арестованы, возбуждено уголовное дело.

На автовокзале «Южный» задержана 36-летняя ранее судимая, неработающая дончанка, у которой обнаружено и изъято 0,23 грамма ацетилированного опия.

27 апреля в 14.30 работниками ОБНОН на привокзальной площади задержана гражданка С., неработающая, у которой при досмотре обнаружено и изъято 652 грамма маковой соломки.

Уникальный случай произошел в Киевском районе. Здесь под подписку невыезда была отпущена 63-летняя пенсионерка, по месту жительства которой оперативники обнаружили 3,23 грамма экстракционного опия и более 900 граммов маковой соломки.

Работниками Енакиевской милиции в доме 35-летнего неработающего изъято 1305 граммов маковой соломки.

Беседовал Валерий ВЕСЕЛОВ
(В материале использована информация ЦОС УВД области)

Учиться надо всю жизнь до последнего дыхания

Редкая мама не желает своему ребенку здоровья. А вдруг такие все же имеются? Подсознательно считают, что малыш в детском возрасте должен перенести как можно больше заболеваний, тогда, излечившись, чадо навсегда забудет дорогую врачам. Не знаю — не знаю, но несколько «советов» таким мамашам дам.

Для начинающих мам

Итак, вы хотите, чтобы ваш ребенок заболел, к примеру, крапивницей, подцепил диатез или подпортил свой обмен веществ, тогда:

- старайтесь кормить ребенка не материнским молоком, а сухими сладкими смесями;
- с одного-двух лет его рацион должны пополнить шоколад, грибы, яйца (2-3 в день), клубника, апельсины, мандарины, жевательная резинка, газировка;
- с запорами бороться не стоит, пусть себе кишечник засоряется и травится продуктами собственной жизнедеятельности;
- обзаведитесь глистами.

Ну как вам перспективка? Интересно кем назовет меня любая здравомыслящая мать? И думать страшно. А поэтому давайте серьезно. Внимательно и ответственно относитесь к следующим рецептам. Уверен, они помогут вашему малышу вырасти бодрым и здоровым.

Нарушение обмена веществ

→ Хмель обыкновенный — 2 ст. л., вахта трехлистная — 3 ст. л., горечавка желтая — 2 ст. л., Melissa лекарственная — 4 ст. л., тысячелистник — 1 ст. л. 3 ст. ложки сбора на литр кипятка, прокипятить минуту, настоять час, процедить. Доза: по 100 г 6 раз в день. Применяют при нарушении обмена веществ с прыщами, фурункулами. В народе это называют засорением крови.

→ Листья крапивы, листья одуванчика, цвет терна — поровну. 2 ст. ложки смеси залить 2 стаканами кипятка, парить в духовке 2-3 часа. Пить по 1/2 стакана 3 раза в день. Курс лечения — 2 недели, пить ежедневно. Во время лечения соблюдать

диету. Исключить мясо, рыбу, яйца, пиво, алкоголь. Питаться молочной, овощной, фруктовой пищей. Но так как вы — кормящая мама, а коровье молоко может вызвать диатез у ребенка, то этот состав нужно принимать осторожно. Прежде всего, следует установить причину, которая вызывает у ребенка диатез. Причин диатеза очень много, потому нужно постараться узнать, какие именно продукты вызывают диатез. Ведь чем вы питаетесь, тем питается и ваш ребенок. Продукты, которые могут вызвать диатез: яйца, коровье молоко, копчености, клубника, земляника, цитрусовые, шоколад, кофе, со-

Наносить на кожу так же, как и в предыдущем рецепте. Купать ребенка через 1-2 дня с отварами трав (ромашка, череда), а после купания смазывать мазью.

Крапивница тоже возникает от многих причин

Вот несколько рецептов от этого недуга:

→ Крапива двудомная (лист) — 3 ст. л., череда — 2 ст. л., тысячелистник — 1 ст. л. 3 ст. ложки сбора на 1 л кипятка, готовят как обычно. Доза: по 100 г 6 раз в день. Также необходимо делать примочки с этим составом или после купания с детским



мылом облить этим отваром, укрыться простыней и лечь в постель, не вытираясь. Применяют этот состав при диатезе, аллергии, крапивнице, аллергических дерматитах. Примечание: тысячелистник обладает скрепляющим свойством, тем у кого запоры, надо это иметь в виду.

→ Ряска маленькая — 2 ст. л., мята перечная (лист) — 4 ст. л., любисток аптечный — 2 ст. л., дурнишник обыкновенный — 1 ст. л., душица — 3 ст. л. 3 ст. ложки сбора на 1 л кипятка. Залить кипятком, настоять 3 часа. Доза: по 100 г 6 раз в день. Применяют при крапивнице.

→ Орех грецкий (лист) — 1 ст. л., череда — 3 ст. л., дурнишник обыкновенный — 4 ст. л., аир болотный (корень) — 4 ст. л. 3 ложки сбора на 1200 г кипятка, прокипятить, настоять час, процедить. Доза: по 30 г 6 раз в день. Детям — по 1 ст. ложке 3 раза в день. Применяют при крапивнице и гастрите с повышенной секреторной функцией.

ленные и крепкие бульоны и другие продукты.

Диатез у ребенка

→ Сбор: корень одуванчика (порошок), корень лопуха (порошок) — поровну. 2 ст. ложки смеси залить 3 стаканами воды, настоять ночь. Утром прокипятить 10 мин, настоять 10 мин, процедить. Доза: детям до 1 года — по 2 ст. ложки перед каждым кормлением.

→ Высушенную череду заваривать как чай, настоять 20 мин, процедить. Давать пить понемногу вместо воды. Отвар (настой) готовят каждый день новый! Отвары и настои и череды хранению не подлежат. Кроме принятия настоев, отваров трав, нужно сделать мазь.

→ Календулу (сухие цветы) перемолоть в кофемолке, смешать в равных пропорциях с детским кремом или вазелином, хорошо перемешать. Наносить на кожу в местах высыпаний 2 раза в день (вечером — после купания).

→ Пихтовое масло — 1 часть, оливковое масло — 3 части, витамин Е — 1-2 капли, (продается в аптеке).

Анекдот

Во время медосмотра в школе врач спрашивает у первоклассника: — У тебя есть какие-нибудь жалобы на уши и нос? — Есть. Они мне мешают, когда я надеваю свитер.

НЕБЕЗОПАСНЫЙ КОТЕНОК

Статистика говорит о том, что в последние годы население многих крупных городов уменьшается. Если имеются в виду люди, то это сущая правда. А вот «поголовье» собак, кошек и прочей уличной живности, наоборот, резко увеличилось. Ходят - бродят по дворам довольно милые пушистые создания, которым так и хочется дать сосиску, а то и просто по голове погладить.

Понятное дело, погладить «игрушку» стремятся, прежде всего, дети. И вот тут-то взрослые их должны остановить: если кот, кошка или котенок вам незнакомы, есть вероятность, что они могут заразить ребенка микроспорией. Или, проще говоря, лишаям. Вероятность эта достаточно велика: в год в нашей стране заболевает микроспорией один из тысячи человек. А поскольку детей, как минимум, в два раза меньше, чем взрослых, то среди них заразившихся еще больше.

Микроспория относится к тем заболеваниям, которые доставляют больше неприятностей внешнему виду, чем здоровью внутренних органов. Иными словами, жизни она не угрожает. Но медики все же относят ее к разряду опасных хотя бы потому, что заболевание это чрезвычайно легко переносится от ребенка к ребенку.

Но об этом мы поговорим чуть позже, а пока напомним, что первым источником заражения почти всегда становятся уличные кошки (гораздо реже - пушистые собаки), среди которых каждая десятая поражена микроспорами. Особенно опасно трогать хвостатых, усатых и полосатых в апреле-мае и августе-сентябре, когда среди кошек начинается повальный бум рождаемости и улицы просто наводнены мяукающим племенем. Именно крошечные беззащитные котята, которых так хочется пригласить, чаще всего становятся причиной заразы.

Половина заразившихся - это дошколята. У школьников охота трогать незнакомых животных уже уменьшается, а среди взрослых микроспория становится исключением из правил. Естественно, среди заработавших лишай гораздо больше мальчиков, которые смело хватают все, что попадает им под руку.

Заболевание проявляется далеко не сразу. Обычно проходит от одной

до пяти недель, прежде чем становятся заметными его признаки. Проглядеть их почти невозможно, хотя среди невнимательных родителей и такое случается. При микроспории в волосах появляется несколько «очагов» круглой или овальной формы размером примерно с монету. Обычно возникает такое впечатление, что кто-то поставил на голове у ребенка несколько штампов: вокруг очагов волосы спокойно растут, а внутри них обломаны и выпадают. Если приглядеться, то вокруг почти каждого обломанного волоска можно заметить беленький чехольчик. Это и есть микроспоры - различные только под микроскопом грибы, которые питаются... волосами.

Не заметить кружки обломанных волос можно только в одном случае - если у ребенка и так короткая стрижка: грибки не «едят» волосы у самых корней, поэтому они отламываются на высоте в полсантиметра. В этом случае подозрительные волосы стоит рассмотреть под люминесцентной лампой - под ней у пораженной микроспорами шевелюры есть свойство светиться серовато-голубоватым цветом.

Довольно редко, но все же бывают случаи, когда кроме поломанных волос лишай доставляет и другие неприятности, вызывая аллергию и даже повышение температуры. Чаще всего это случается, если микроспорией заразился взрослый: у тех, кто уже вышел из детского возраста, волосы слишком крепки для грибных «зубов», поэтому микроспоры располагаются на коже, образуя красноватые «очаги».

На одном человеке лишай не останавливается. Он спокойно передает-

ся от ребенка к ребенку, что называется, контактно-бытовым путем. Нередки случаи, когда возбудители болезни передаются через ножницы или электробритву при коллективной стрижке, если кто-нибудь из детей болен микроспорией, а воспитатели, родители и медсестра это проглядели.

ГРИБНОЙ УБИЙЦА

В лечении лишая особых хитростей нет. До сих пор лучшим средством для уничтожения микроспор

считается «грибной убийца» под названием гризеофульвин. Эти таблетки (сейчас их начали выпускать еще и в виде сиропа) останавливают развитие микроспор, а ослабленных возбудителей организм уничтожает уже самостоятельно. Обычно лечиться гризеофульвином и детям, и взрослым приходится в течение

трех циклов по 10 дней, после каждого из которых волосы нужно сбривать.

Правда, у взрослых ограничений в приеме этого антибиотика больше. Поскольку у него есть свойство вызывать головокружения, то ни летчикам, ни монтажникам-высотникам, ни даже шоферам его давать нельзя.

РЕЦЕПТ

Помогают от лишая и наружные средства - смазывание волос серно-салициловой, сернодегтярной, просто серной мазью или специальной жидкостью под названием нитрофунгин.

В общем, сами видите, что в самой микроспории, да и в ее лечении тоже приятного мало. От поселившихся в волосах или на коже вредных грибков избавиться довольно нелегко. Поэтому лучшим советом родителям станет строгое предупреждение: не давайте детям гладить незнакомых котов, кошек и котят. Лучше бросить им сосиску, а любовь свою проявлять им на расстоянии.



Не тот глуп, кто не знает, но тот, кто знать не хочет

ЧУДО - ТРАВКИ

Присмотритесь, что растет у вас рядом с домом? Обычно у забора всегда выбирает себе место крапива двудомная. Это хорошее средство от весенней усталости. Она улучшает обмен веществ, повышает сопротивляемость организма, обладает кровоостанавливающим действием.

женщинам и тем, у кого повышенная свертываемость крови.

Геннадий МОИСЕЕВ

г. Кинешма Ивановской обл.

И НА СЕМЕНА ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ

Я считаю, что лучше всего с лечебными целями использовать зеленую крапиву, у которой уже появились цветущие верхушки и семена.

➤ Настрой соцветий применяют

«КРАПИВНЫЕ» ГОРЧИЧНИКИ

Убедительно прошу поблагодарить в газете Нелли Гроссовскую из Тулы. В минувшем году была опубликована ее статья «Вместо горчичников — крапива». Так получилось, что почти все лето 2001 года я сильно кашляла и никак не могла избавиться от кашля. Лечилась и лекарствами, и всевозможными народными средствами, но результата не

КРАПИВОТЕРАПИЯ

И ВЫ ЗАБУДЕТЕ ОБ АНЕМИИ, КРОВОТЕЧЕНИЯХ

Думаю, что многие из вас, дорогие читатели, уже приступили к крапивотерапии. Во всяком случае, супчика с ее молодыми листочками или салата отведали. А как вы думаете, почему кавказцы славятся своим долголетием?

Потому что крапивушку едят. Даже биточки из нее умудряются делать, вкусные — пальчики оближешь.

Горцы крапиву солят (50 г соли на 1 кг молодых листьев, сушат и зимой, растертую в порошок, добавляют в блюда.

Так что ешьте на здоровье и вы. Делайте из сока крапивы сироп на меду. Лечение будет происходить само собой, за чаем. И вы забудете об анемии, авитаминозе, кровотечениях. У больных диабетом снизится содержание сахара в крови. Крапива быстро заживляет

раны, язвы, смягчает кашель, укрепляет волосы,

десны, решает некоторые мужские проблемы

(импотенция). Правда, при употреблении крапивы надо знать меру, особенно беременным

при ревматизме, почечнокаменной болезни, в качестве мочегонного средства. Отвар пьют при сахарном диабете. Однако следует помнить, что при приеме внутрь препараты из крапивы сгущают кровь. Поэтому перед употреблением крапивы нужно проверить кровь на протромбин.

➤ Очень хорошо крапива устраняет жжение в мочевом пузыре и при мочеиспускании. Для этого 3 ст. л. свежей (или 2 ст. л. сухой) крапивы и 1 ст. л. корней солодки кипятят в течение 10 мин в 1 ст. воды, охлаждают, процеживают, добавляют кипяченой воды до первоначального объема. Пьют по 1/3 ст. за полчаса до еды 3 раза в день в течение 5-ти дней, затем — 5 дней перерыва. И так проводят 3-4 курса лечения.

Кровохарканье

➤ Отваром семян крапивы выводят мокроту из легких, останавливают кровохарканье, выгоняют из тонкого кишечника слизь, из брюшной полости — жидкость при водянке.

Селезенка, почки

➤ 3 г семян, проглоченных за один прием 1 раз в сутки, чистят почки 5-6 г семян, принятых одномоментно, вызывают очистительный понос. Если же эти 5-6 г запить уксусом, то можно решить проблемы с селезенкой и почками.

Раковые опухоли

➤ Если смешать крапиву (листья и семена) с солью, размять эту смесь и прикладывать к плотным, в т.ч. и раковым опухолям, то эта кашица медленно, но упорно рассосет любые образования, очистит гнойные язвы.



было. И вот после этой статьи я нарвала осенней крапивы (выбирала ту, что помоложе), просушила ее на кухне и набила ею старую наволочку. На ночь приложила ее к груди и спала, на удивление, очень спокойно, без приступов кашля. Делала так довольно долго, всю осень, до тех пор, пока кашель окончательно не «угомонился». Словом, спасибо автору за «крапивные» горчичники!

Да, такая деталь из моего личного опыта: сначала я подушечку клала на обогреватель, чтобы она получила «заряд тепла», а потом меня согревала всю ночь крапива.

В.КОЗЛОВСКАЯ,

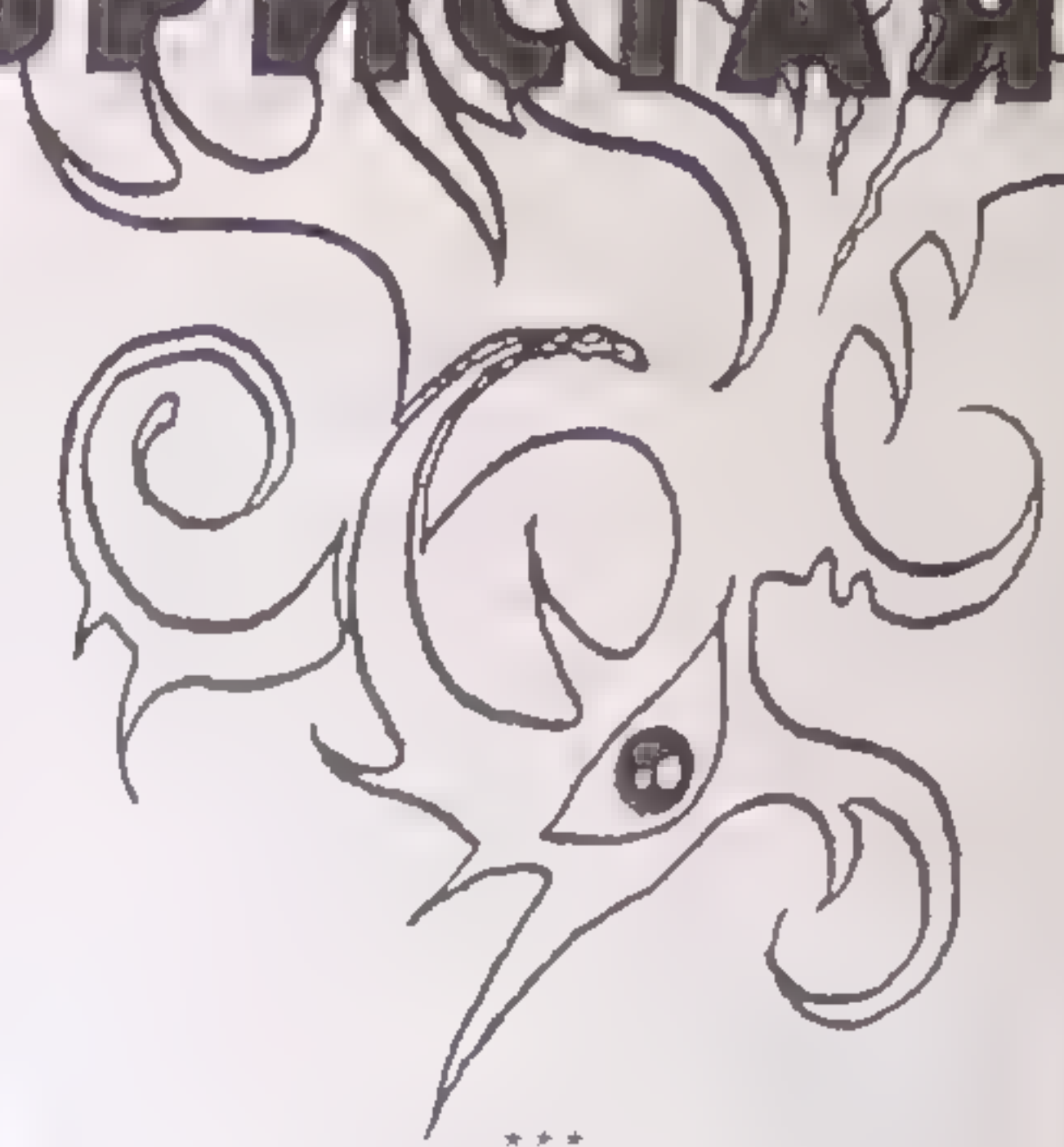
Павел ЛАШИН

г. Калининград

ЧУДО - ТРАВКИ

ЛАПЧАТКА СЕРЕБРИСТАЯ

На страницах нашей газеты нередко можно встретить материалы о лапчатке прямостоячей (узик, калган), гузиной. В последнее время стала популярной и лапчатка белая. Но есть еще одно растение, относящееся к многочисленному роду лапчаток — это лапчатка серебристая (серебрянка, бешеная трава). По-моему, ее незаслуженно обходят вниманием. Написано о ней очень мало. Для себя я открыла лапчатку серебристую буквально 5 лет назад, хотя такую травку чисто визуально знала с раннего детства. На себе уже не раз испытала ее целительные свойства. Надеюсь, многие читатели с большой пользой для себя откроют эту скромную траву, наделенную природой способностью врачевать.



Для лечения органов дыхания (пневмония, хронический бронхит, кашель и др.) лучше использовать настойку: 50 г измельченной травы залить 0,5 л 40-град. водки, а еще лучше — 70-град. спирта. Настаивать в теплом темном месте не менее 15-ти дней, периодически встряхивая. Затем процедить, отжать. Принимать по 20 капель на 0,5 ст. теплой кипяченой воды 3 раза в день после еды (желательно, не ранее, чем через час).

Иногда на губах, на коже рук и ног появляются трещинки, которые сами по себе не представляют опасности для здоровья, но доставляют массу неприятностей.

РЕЦЕПТ МАЗИ

В подобных случаях используют для лечения мазь. Для ее приготовления сухую траву лапчатки серебристой пропустить через мясорубку, кофемолку или растереть в ступке. 5 г полученного порошка залить 0,5 ст. растопленного свежего сливочного масла или внутреннего жира и варить 10 мин. Когда немного остынет, отвар процедить в емкость из темного стекла. Хранить в холодильнике.

2-3 раза в день тонким слоем наносить мазь на пораженные участки кожи. Через несколько дней наступает улучшение, и ранки заживают.

Как видите, лапчатка серебристая вполне заслуживает нашего внимания и в случае необходимости поможет справиться со многими недугами. Противопоказаний к применению нет.

Анна КОНЕВА

г. Саратов.

Лапчатка серебристая — это многолетнее растение высотой 10-30 см. Все лето цветет она желтыми мелкими цветками. В цветке 5 лепестков. Заметьте: у цветка лапчатки прямостоячей (калган) их всего четыре.

Стебель и нижняя часть листьев покрыты тонким белым войлоком, что на фоне серо-зеленой окраски стебля и листьев создает впечатление серебристости. Отсюда и название.

Распространена лапчатка серебристая в европейской части России, в Западной и Восточной Сибири, на Кавказе. Найти ее можно на пастбищах, на лужайках, в сосновых и смешанных лесах, на склонах холмов. Предпочитает песчаные почвы. Хорошо размножается семенами.

С лекарственной целью заготавливают всю надземную часть во время цветения, желательно — в первой половине лета, когда еще не образовались коробочки с семенами.

Это растение обладает противо-

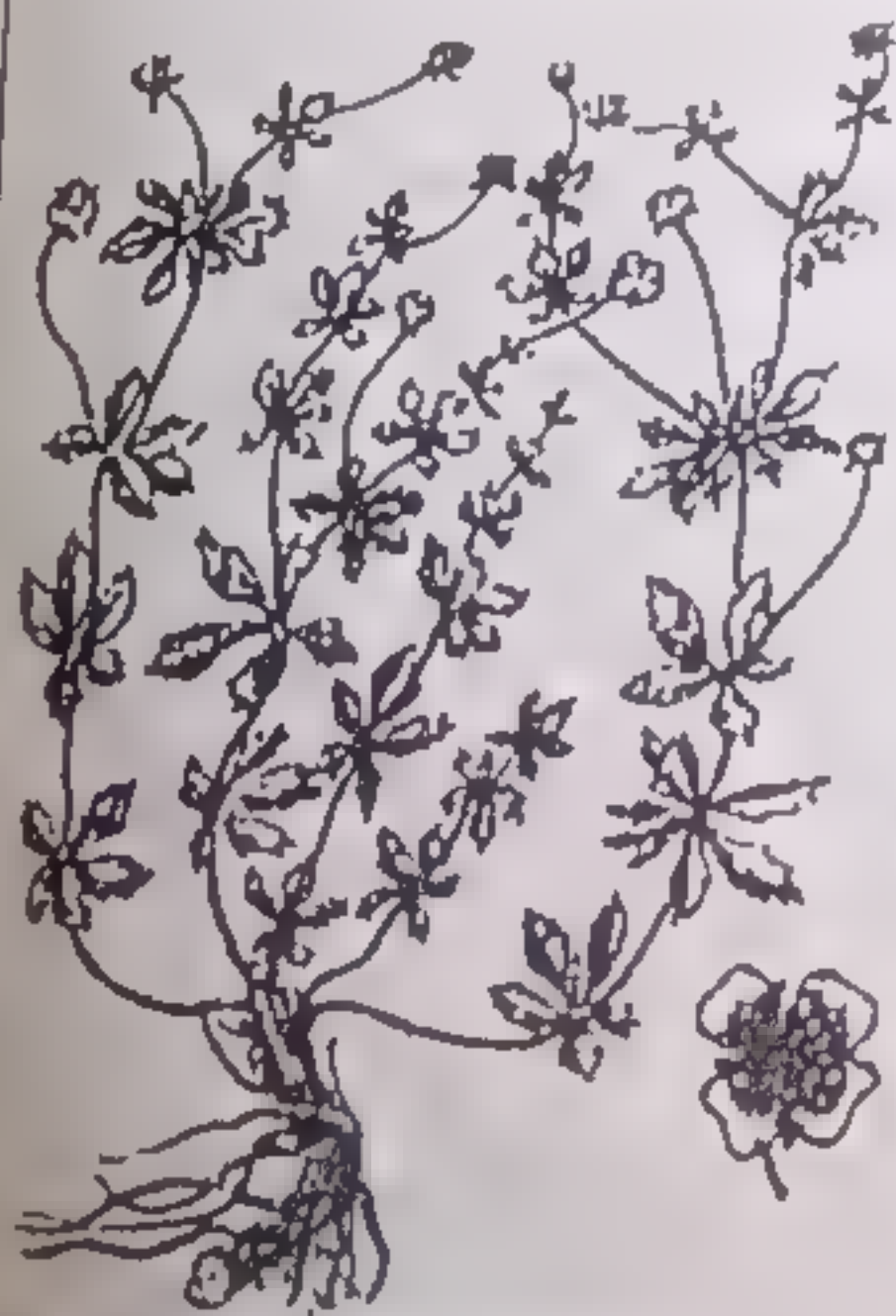
воспалительным, противомикробным, кровоостанавливающим, гипотензивным и антигельментным действиями.

Отвар травы успешно применяют для лечения желудочно-кишечных заболеваний: при поносах, воспалении слизистой оболочки желудка, тонкого и толстого кишечника, при гастритах, энтеритах, колитах, циррозе печени с выраженным отеком. Это прекрасное средство при ОРЗ. В качестве кровоостанавливающего средства лапчатку используют при маточных и легочных кровотечениях. Хорошо зарекомендовала она себя при лечении желтухи, ревматизма, подагры.

Отвар из лапчатки в качестве наружного средства используют для компрессов, обмываний, влажных повязок, при долго не заживающих ранах, фурункулах, мокнущей экземе, геморрое, при белях, для полоскания горла при ангине, при воспалении десен и слизистой оболочки горла и ротовой полости.

РЕЦЕПТЫ

Отвар: 10 г измельченного сырья залить 0,5 л горячей воды, закрыть кастрюлю крышкой и на водяной бане (или на малом огне) кипятить 30 мин, процедить горячим и довести кипяченой водой до первоначального объема. Принимать по 1/3-1/2 ст 3 раза в день за 20-30 мин до еды.



Старайся и в горькие минуты сохранять присутствие духа

БУДЬТЕ ЯГОДКОЙ ОПЯТЬ

Осторожно, диета!

Продолжительное соблюдение диет очень часто ведет к преждевременному старению кожи. С уменьшением калорий большинство диет одновременно ограничивают большую часть витаминов, микроэлементов, аминокислот, необходимых для поддержания кожи в здоровом состоянии. Если до похудения кожа обтягивала лицо, то после этого она, естественно, отвисает. Наносится непоправимый вред эпидермису (наружному слою кожи). Кожа неизбежно становится дряблой и вялой.

«Суперкосметика»

Женщинам сорока и более лет мы рекомендуем пользоваться следующими «суперкосметическими» средствами, которые сохранят им здоровую кожу. Витамин А способствует «подкармливанию» кожи клеток. Его отсутствие делает кожу сухой, шероховатой. Витамины группы В предотвращают кожу от трещин и шелушения. Витамин С восстанавливает кожу, он необходим для выработки коллагена, который придает эластичность. Витамин Е предохраняет кожу от окисления, способствует заживлению ран.

Не делайте гримасы!

Гримасы усиливают уже наметившиеся морщины. Это, однако, не значит, что вы должны сдерживать улыбку или бояться пошевелить веками. Нужно только обращать внимание на то, чтобы черты лица не растягивались произвольными гримасами, когда вы смотрите телевизор, читаете, работаете или думаете. Привыкайте следить за собой: не опускаете ли вы уголки рта, не стискиваете ли губы. Эти произвольные и ненужные движения с течением времени приводят сначала к появлению незаметных морщин, а потом и глубоких.

Чистите свою кожу!

Чтобы хорошо почистить кожу, необходимо воспользоваться маской для ее очищения от омертвевших клеток.

Перед тем как наносить маску, необходимо сделать «парную» для кожи лица. Для этого вы на пять минут наклоняетесь над кастрюлей с горячей водой. Голову покрываете махровым полотенцем, плотно укутываетесь им со всех сторон, не упуская пар. В воде не забудьте развести немного отвара ромашки. Часть стекающего пота снимайте марлей, но полностью не вытирайте. После этого толстым слоем нанесите маску на все лицо, кроме глаз и мест вокруг них.

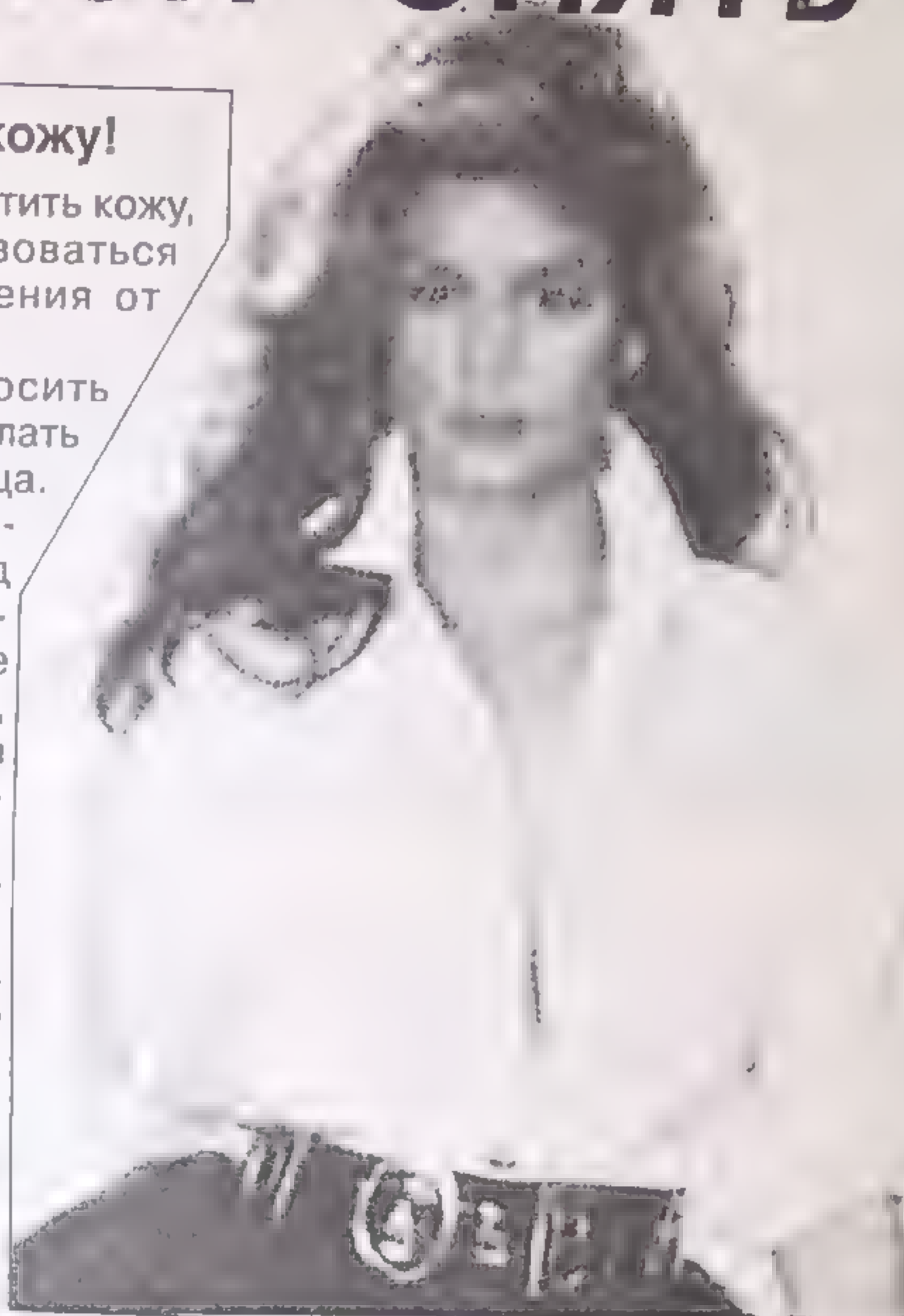
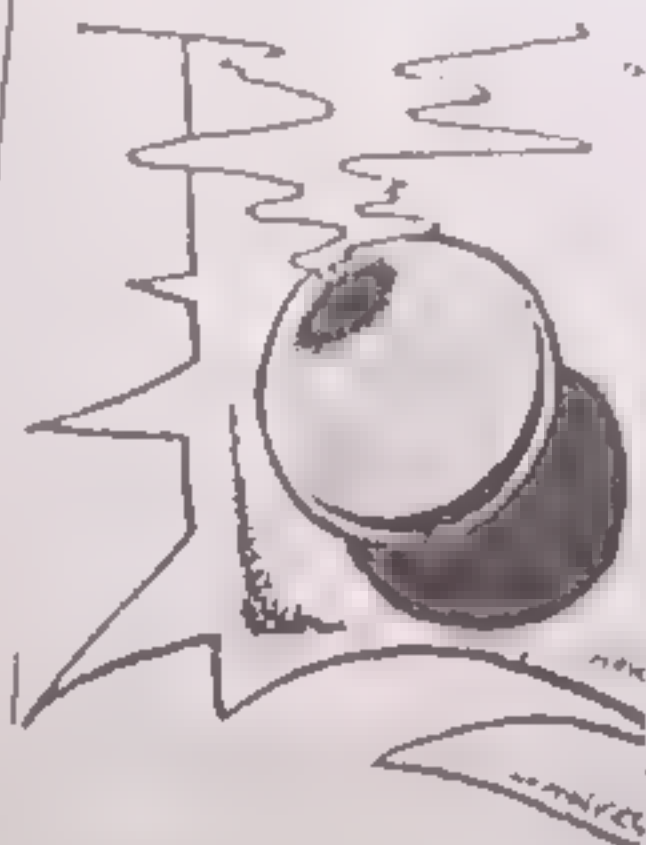
После этой несложной процедуры ваша кожа станет непременно свежей и помолодевшей.

Очень хороша грязевая маска озера Чокрак

Питательные маски

Идеальное время для использования питательных масок - сразу же после удаления очищающей маски. Если у вас нет времени на то, чтобы ее сделать, то наложите хотя бы питательный крем.

Разотрите в ступке 1 столовую ложку проросших злаков с одной столовой ложкой воды. Вода должна быть дистиллированной. Добавьте в эту смесь 1 чайную ложку яичного желтка (оставшуюся часть сохраните в холодильнике в закрытом сосуде для следующей маски). Взбивайте смесь до тех пор, пока она не станет однородной, и намажьте ею все лицо, кроме глазниц. После этого нанесите второй слой и третий (до тех пор, пока маска не станет толстой). Подержите эту маску на лице в течение 20 минут.



Следите за вашим кровообращением!

Один из эффективных способов улучшить кровообращение - это делать растирания тела перед баней сухой губкой из натурального материала. Для этого можно воспользоваться щеткой из щетины. Хорошенько разотрите все тело, в том числе и грудь (растирайте ее круговыми движениями). Чем больше и лучше вы разотрете кожу, тем больше покраснеет тело, а это доказательство того, что кровь приливает к эпидермису. Эти растирания не только улучшат кровообращение, но и удалят омертвевшие клетки кожи, а мытье в бане окончательно их устраним.

ЧТО ЕСТЬ ЧТО?

Кислые продукты – цитрусовые и соки из них, томатные соусы и помидоры.

Продукты, содержащие щелочь – молоко, пахта, сливки, миндаль, каштаны, кокосы, все овощи (кроме кукурузы и чечевицы), большинство фруктов (кроме клюквы, чернослива и слив).

Продукты, содержащие кофеин – кофе, чай, шоколад, пепси (кока) – кола, некоторые сорта пива.

Продукты, содержащие фолиевую кислоту – печень, черные бобы, орехи, апельсины, столовая зелень, дрожжи, изделия из муки грубого помола.

Продукты с высоким содержанием натрия – консервированные супы, маринованные овощи, кетчуп, оливки, соевый соус, ветчина и другие копченые деликатесы, соленые орешки, картофельные чипсы.

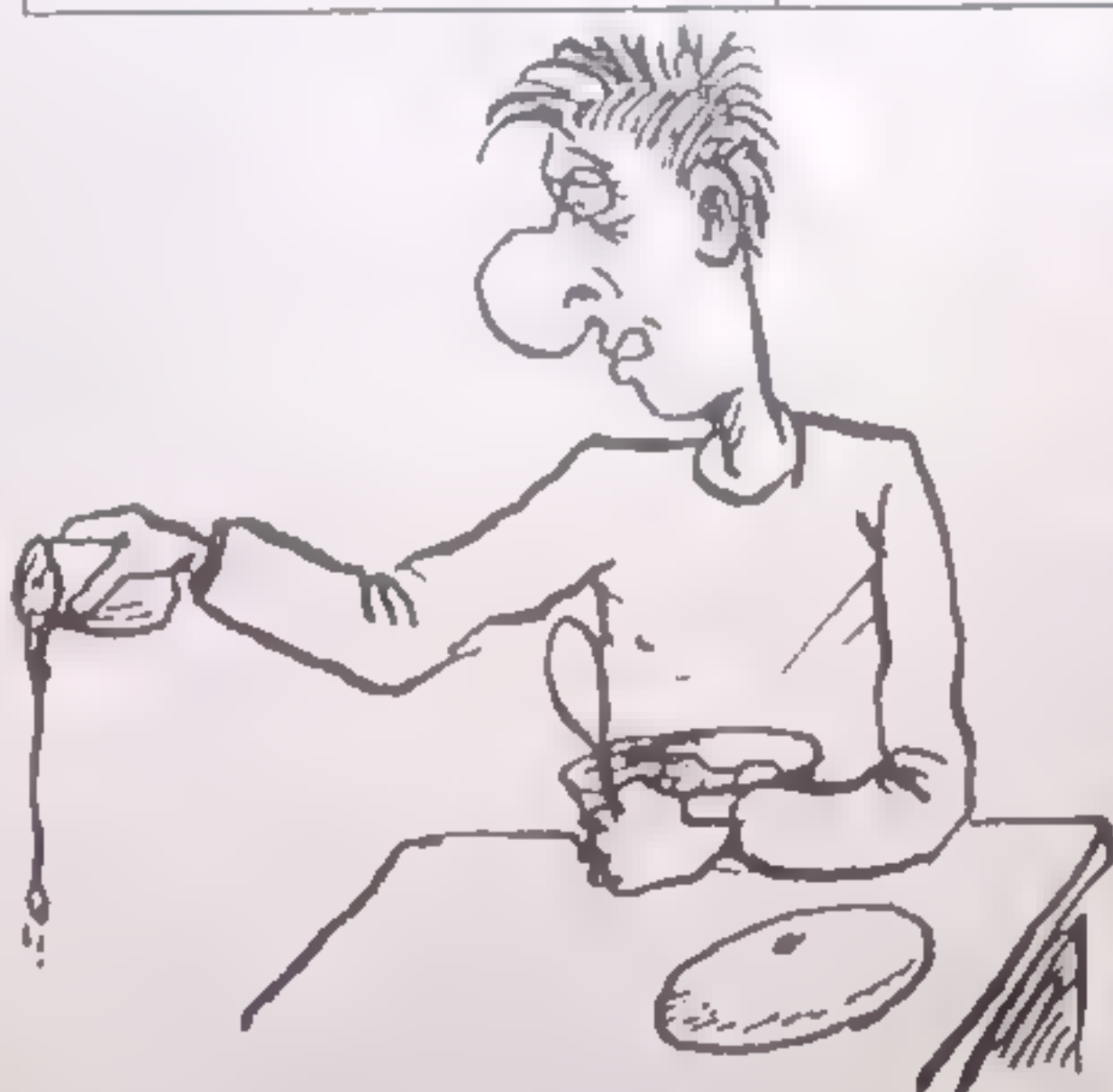
Продукты, содержащие калий – авокадо, бананы, брюссельская капуста, морковь, куриное мясо, финики, курага, инжир, лимская фасоль, молоко, апельсиновый сок, картофель, чернослив, изюм, шпинат, томат, шелковица.

Продукты, содержащие тирамин – красное вино, пиво, вермут, выдержанные сыры, говяжья и куриная печень, колбасы, сельдь маринованная, паштеты из печени, баклажаны, квашеная капуста, дрожжи, орехи, йогурт, сметана, инжир, финики, изюм, перезрелые фрукты, мясо, выдержанное в маринаде более суток.

Продукты, богатые витамином В₆ – авокадо, бекон, бананы, фасоль, говяжья печень, молоко, рыба, овсяная каша, арахис, горох, свинина, каши из недробленых круп.

Источники витамина К – печень, яичные желтки, капуста.

Лекарство	Продукты, которых следует остерегаться при приеме лекарств	Возможная реакция
Антибиотики: эритромицин, пенициллин, тетрациклин	Кислые фруктовые соки, газированные напитки, продукты с большим содержанием железа (одновременно с лекарством; молочные продукты (± 2 часа до или после приема лекарства).	Ослабевает воздействие лекарства. Тормозится всасывание препарата.
Антикоагулянты (антисвертывающие вещества): варфарин (синонимы - карфин, панварфин, коумадин)	Жирная рыба, пища богатая витамином К.	Могут возникнуть кровотечения. Действие лекарства меняется на противоположное или ослабевает.
Противосудорожные средства: фенитон (синонимы: дилантин, дифенилан)	Продукты с большим содержанием фолиевой кислоты, пищевые добавки, содержащие большое количество кальция.	Могут усилиться судороги. Ослабевает воздействие лекарства.
Антидепрессанты амитриптилин (элавил).	Печень, крекер, грецкие орехи, яйца, макароны, мясо, птица, рыба, сыр, клюква, хлеб, сливы, чернослив, кукуруза, чечевица, арахис, алкоголь, кофеин.	Снижается положительное воздействие лекарства.
Антигистаминные (противоаллергические): супрастин, кларитин, диазолин, димедрол	Алкоголь, кофеин	Возникают побочные эффекты; возбуждение или резкая депрессия.
Диуретики (мочегонные средства): фуросемид (лазикс), буметанид (бумекс), этакриновая кислота (эдекрин)	Продукты, содержащие соду или антациды	Усиливаются отеки и повышается артериальное давление.
Противоатсмати-ческие средства: теofilлин, эуфиллин и др.	Копченая говядина, кофеин	Снижается эффективность лекарств. Усиливаются побочные эффекты.



Анекдот

Звонок в дверь:

- Доктора-похметолога вызывали?

- Да.

- На что жалуетесь?

- Да вот, доктор, запой замучали...

- И часто они у вас?

- Да раза четыре в год.

- И подолгу?

- Да месяца по три...

Лучшая приправа к пище - голод

Сиделками должны быть только мужчины

Уход за больными и престарелыми крайне негативно сказывается на психическом здоровье женщин. В докладе, который был подготовлен специалистами Службы национальной статистики Великобритании, приводятся данные, которые свидетельствуют, что более 20 процентов женщин, осуществляющих уход, страдают от депрессий, волнения и фобий.

В докладе отмечается, что только у 12 процентов мужчин отмечаются подобные изменения в психике, причем у мужчин-сиделок риск по сравнению с общей популяцией не увеличивается. С женщинами все наоборот. Уход за больными и престарелыми заметно повышает шансы женщины оказаться на при-



ме у врача с жалобами на проблемы в душевном состоянии.

Кроме того, доказано, что сиделки, которые тратят на уход более 20 часов в неделю, однако не живут под одной крышей с объектом опеки, в два раза чаще страдают от психических заболеваний, чем те, кто живет вместе с ним. Всего же, как отмечается в докладе «Душевное здоровье сиделок», в Великобритании насчитывается 6,8 миллионов таких людей, из которых были опрошены 1350.

Примерно половина опрошенных сиделок, тративших на это занятие более 20 часов в неделю, сообщила, что в их отсутствие необходимо искать для ухода человека на замену. Из них около половины так и не смогли сделать перерыв в своей работе с момента начала ухода за больным. Около трети сиделок считают, что это занятие оказывает негативный эффект на их личную жизнь.

Публикация этой информации приурочена к Национальной неделе сиделок, которая продлится до 16 июня.

Клещи заразили лихорадкой двух человек

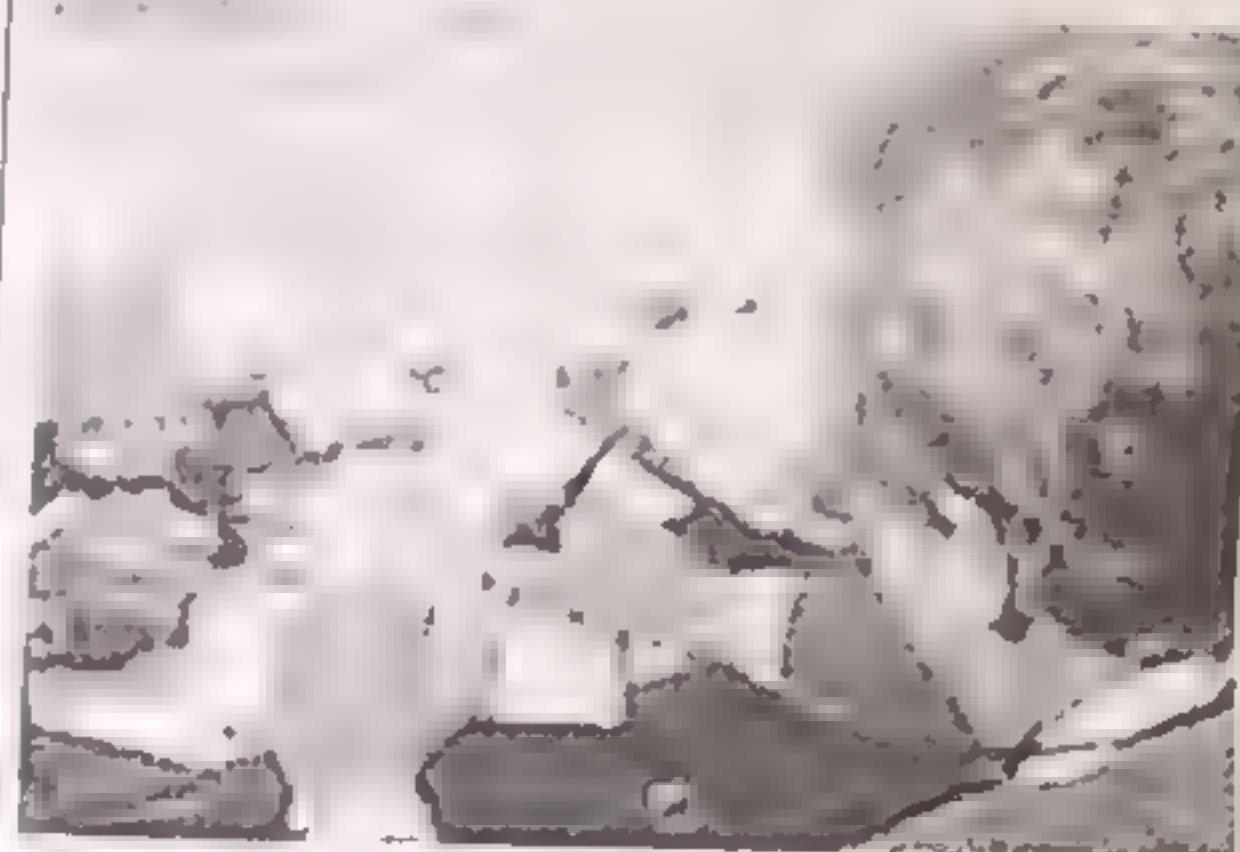
В Котельниковском районе Волгоградской области зарегистрировано два новых случая опасной конго-крымской геморрагической лихорадки. Как сообщили корреспонденту РИА «Новости» в областном центре госсанэпиднадзора, от укусов клещей, которые являются переносчиками этой инфекции, успели пострадать семилетняя девочка и 41-летний мужчина.

Всего с начала эпидемического сезона в медицинские учреждения области с жалобами на укусы клещей обратились 204 человека, из которых 43 составили дети. Часть из них по-прежнему находится под наблюдением врачей. Состояние заболевших, как сообщается, опасных за их здоровье не вызывает. Проводится обработка крупного рогатого скота и пастбищ.

Чтобы избежать массовых заражений среди отдыхающих в лагерях детей, сотрудники санитарных служб обрабатывают зоны отдыха. Было отмечено, что в 2001 году на территории Волгоградской области было зарегистрировано девять случаев конго-крымской лихорадки за весь год. В Котельниковском районе тогда были зарегистрированы два смертельных исхода.



Британские врачи и фармацевты не могут рассчитывать на доверие пациентов, когда дело доходит до подбора оптимального лечения



Все больше людей предпочитают обращаться за советом в различные независимые организации или требовать информацию о препарате напрямую от производителя. Исследования показали, что довериться врачу могут лишь 48 процентов британцев, а аптекаря — 45.

Эти цифры резко контрастируют с теми, которые были получены при опросе населения в некоторых других европейских странах. В частности, своим врачам доверяют 82 процента португальцев, а 79 процентов голландцев готовы купить лекарство, которое посоветует работник аптеки. Для сравнения средний уровень доверия к врачу и фармацевту в ЕС составляет соответственно 60 и 37 процентов.

Исследование, которое предоставило в распоряжение общественности эти интересные цифры, было проведено независимыми консультантами из компании PatientView и Международным альянсом организаций пациентов. Результаты должны послужить весомым доводом во время обсуждения европейского законопроекта, который решит, смогут ли фармацевтические компании рекламировать свой товар.

По мнению некоторых экспертов, кризис врачебных кадров в Великобритании, из-за которого во многих случаях на осмотр врачом выделяется не более восьми минут, действительно не мог не сказаться на полноте и объективности информации о возможных путях лечения, которую врач дает больным. Особо удивления результатами опроса они не высказали.

Записки бывалого фельдшера



То, что все болезни «от нервов», знают наверное все. Об этом уже давно говорят медики. Да и в нашей работе очень большой процент вызов составляют больные неврозом, истерией.

Эти пациенты психологически очень зависимо от «скорой»: им часто кажется, что они умирают. Успокаиваются они только от приезда медиков.

А по-настоящему, к сожалению, умирают те, кто не очень беспокоится о своем здоровье, терпит до последнего, не желая беспокоить «03».

Проявления неврозов интересны тем, что они могут имитировать достаточно серьезные заболевания. Но так, как это болезнь в основном молодого возраста, чаще всего женщин, то диагноз обычно не представляет трудностей. Так, при истерии может наблюдаться временная неподвижность, потеря речи, слуха, припадки, похожие на судорожные. Но обычно эти больные контролируют ситуацию – никогда не падают без свидетелей, когда нет зрителей все симптомы стихают. А провоцируют обострение – конфликтная ситуация, стресс. Неврозы проявляются обычно нехваткой воздуха, ощущением комка в горле, дрожанием рук, головокружением. Симптомы так разнообразны, что очень пугают наших пациентов, но когда услышав, что это всего – навсего неврастения многие всерьез обижаются. «Что вы, доктор, - я почти умираю – а вы говорите «невроз»?!» Но тем не менее, «неврастения» - не оскорбление, а диагноз. И пугающие симптомы обычно проходят после длительного приема успокоительных препаратов, отдыха, а часто даже просто после беседы.

Однажды ночью приехали к молодой женщине. Жалобы типичные – трудно дышать, немеют руки, комок в горле. Начали разговор – успокоили, отвлекли, а потом спросили: «А сейчас ком в горле душит?».

- Да нет, вы знаете – уже значительно меньше, и руки не так немеют – как вы приехали.

Еще одно из наблюдений – как самовнушение отражается на самочувствии.

Медикам давно известен термин

«гипертония белых халатов». Это нестойкое повышенное давление у впечатлительных лиц на приход к врачу, приезд «скорой». Обычно все проходит само после выхода из врачебного кабинета.

Так же интересен случай, свидетелем которого были мы сами.

Летом, в разгар жары нас направили дежурить на стадион, там собиралась религиозная организация на свои ежегодные собрания. Жара была невозможная, стояла духота, и мы предполагали наплыв клиентов, но тем не менее – ни одного обращения за два часа. У всех было приподнятое настроение, чувство общности, преданности своим идеалам.

Вера оказывает сильное психотерапевтическое воздействие. На этом строится работа психологов, психотерапевтов – что человеку внушить – так он себя и будет чувствовать.



Сейчас, с наступлением летнего сезона участились случаи детского травматизма, и наша 80-ая «детская бригада» выезжает чаще. Например, очень часто травма связана с качелями.

Само падение – уже беда, но подымаясь на ноги ребенок часто получает удар тяжелой доской по лбу или затылку. Так что, позволяя малышу качаться на качелях, научите его двум вещам: упал – сначала отползи подальше, и только потом вставай. Не стой впереди или позади качелей – а только сбоку. Часто родители просто не осознают, насколько реальна опасность травмы. Ребенок видит в обычных вещах – (пузырьки с лекарством, электрической розетке, электроплитке)

очень привлекательные вещи: красивую баночку с конфетами, кружок с отверстиями, куда хочется сунуть шпильку, в электроплите – круглую скамеечку. В итоге – отравление, электротравма, ожог. Все это необходимо прятать от малышей. Электроплитку и лекарства – повыше, розетки заклеить скотчем. Следить, чтобы у ребенка не было возможности стянуть вместе с уголками скатерти со стола чайник, кастрюлю с кипятком. Эти несложные меры помогут избежать беды.



Этот прием оказания помощи подавившимся пришел к нам от американских медиков. Называется он «прием Хаймека». Он сродни нашему постукиванию между лопаток, и по рассказам американских коллег, спасал людям жизнь. Все мы иногда давимся пищей. К счастью, в большинстве случаев достаточно хорошо откашляться и все проходит. Но иногда инородное тело застревает в нижних отделах дыхательных путей, и до приезда «скорой» нужно что-то попытаться сделать. Суть метода вот в чем – нужно обхватить пострадавшего сзади, руки сцепленные в «замок» расположить на уровне диафрагмы (нижняя треть грудины) и резким движением совершить толчок внутрь. При этом меняется давление в диафрагме, из легких выталкивается резко воздух, увлекая за собой инородное тело. Но прием этот можно применять только у взрослых. Если поперхнулся маленький ребенок, то до приезда медиков можно попытаться перевернуть его вниз головой, постучав между лопатками – иногда инородное тело выскакивает само. Но обычно, чем быстрее пострадавший доставлен в ЛОР-отделение, тем лучше – там с помощью аппаратуры извлекают самые мудреные предметы (значки, крестики). Помню, как за 5 минут «долетели» в ЛОР-отделение с маленьким исследователем бабушкиной шкатулки (подавился крестиком). Воодушевляли шофера «гоните, шумахер, - на вас смотрит вся Европа». Быстрая госпитализация спасла малышу жизнь.

Остан ХВОРОБА

Величие души должно быть свойством всех людей

ЛЕЧИТЕ СУСТАВЫ ЛАВРУШКОЙ

Рецепт этот - простой, но эффективный. Помогает от болей в суставах и при костных «шишках».

5 г лаврового листа промыть холодной водой, положить в небольшую эмалированную кастрюлю, залить 300 мл холодной воды. Поставить кастрюлю на маленький огонь,

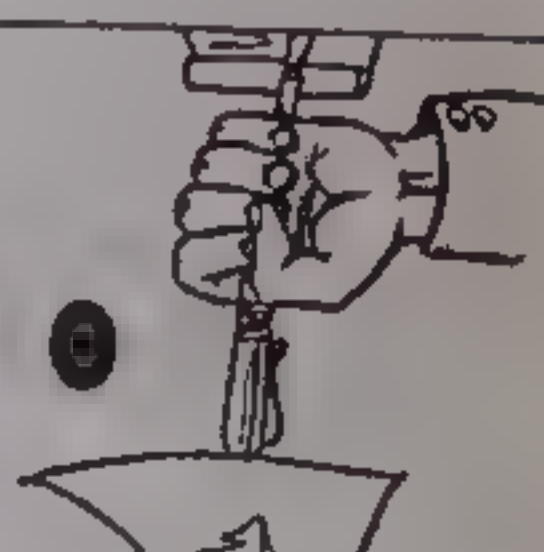
5 мин. кипятить, 3-4 часа настаивать в термосе. Жидкость процедить и разделить на 4 равные части.

Каждая часть — доза на один день. Выпить ее следует в течение дня маленькими глотками. Но не глотать жидкость сразу, а подержать во рту, пососать, как конфету, и лишь тогда проглотить.

Пить можно в любое время, до еды или после — не имеет значения. Главное — растянуть «удовольствие» на целый день. И так четыре дня подряд. Повторный курс можно проводить через год-полтора. Этим же способом можно гнать и песок из почек.

Николай ДАНИЛЕНКО
г. Орша Витебской обл.

Нам пишут...



Я ЧУТЬ БЫЛО НЕ ПОТЕРЯЛА НАДЕЖДУ

В нашей семье было очень сложно жить: часто и сильно пил отец. Мы страдали. Отец умер и вроде бы все кончилось. Но, к сожалению, гены дали о себе знать во мне. Я стала сначала выпивать, а затем все хуже и хуже — я превратилась в алкоголичку.

Нужно сказать, что чем больше я пила, тем хуже жила. И, естественно, чувствовала себя очень плохо.

Я обращалась к целителям, экстрасенсам, просто к гадалкам. Ничего не помогало.

Обреченная, я металась туда - сюда. И вот в газете «СД» я прочла о клубе им. Шичко. Я бросилась туда, ни на что не надеясь. Но все рекомендации сначала с большим трудом я выполняла. Потом было все легче и легче. Я перестала пить.

А дальше пошла настоящая новая жизнь. Я стала работать, хотя и раньше работала, но меня часто выгоняли из-за запоев. Появились деньги. Вскоре там же, на фабрике, познакомилась с мужчиной. Очень хороший человек. Вскоре мы с ним расписались. Теперь мы — счастливая семья. Я благодарю Бога, что узнала о клубе им. Шичко, благодарю работников клуба, которые помогли мне стать человеком.

Большое спасибо редакции. Газета ваша просто замечательная, сейчас я ее выписываю. Она очень помогает в жизни.

Успехов Вам!

Валентина СИДОРЕНКО

г. Донецк

Надежда умирает последней!

Люди добрые, помогите!

Болен ребенок 2 года - Даша. Живем на пенсию Даши. В Москве есть клиника, где могут ей помочь. Нужны деньги.

Мой адрес: 412420 Саратовская обл., г. Аткарск, ул. Мира, дом 27.

КУЗЬМИНА Елена Геннадьевна

БЛАГОДАРНОСТЬ ЗА ИСЦЕЛЕНИЕ

Дорогой наш доктор и целитель **Валерий Яковлевич КАЧУКИ**

Я искренне благодарна Вам за ваш «модуль», который вернул к жизни мою маму. Я пережила большое горе - похоронила любимого мужа и получила письмо от мамы, что с ней очень плохо. Я рассчиталась с работы и поехала к ней досмотреть ее и похоронить. Она лежала в больнице около полтора месяцев, а потом ее выписали, прописали пить по стакану пива с расколотым в нем свежим яйцом, а мне сказали, что это для ее успокоения и чтобы я готовилась к похоронам. И тут мне рассказали о Ваших модулях. А выписали маму с диагнозом: «саркома на руке и желчно-каменная болезнь». Когда начала прикладывать модуль к руке, то через какое-то время саркома вздулась, прорвала и вытекла. Потом начала прикладывать к груди и печени. И вот наступил момент, вернее день, что она с утра до 3 часов сильно рвала с перерывами какой-то жидкостью, а потом началось всеобщее улучшение. Последние 3 года она увлекалась алкоголем. Все болезни прошли и пьянство тоже. Сердечно Благодарю Вас, буду за Вас молиться Богу.

БУЛАВИНА Татьяна Николаевна

г. Часов-Яр, ул. Чайковского-36,
Донецкой обл.

ПОЛЕЗНАЯ СТРАНИЧКА

КОНКУРС ДЛЯ ПОДПИСЧИКОВ УСЛОВИЯ

участвуют читатели газеты, подписавшиеся не менее чем, на 6 месяцев.

1. Необходимо собрать отрывные талоны газет с №13 по №18 за 2002 год (итого 6 штук.)
2. Заполнить произвольно клеточки ☒ ☐

ОТРЫВНОЙ ТАЛОН

№13			
-----	--	--	--

3. В восемнадцатом номере будет опубликован особый купон, который необходимо в произвольном порядке заполнить, наклеить все отрывные талоны и выслать в редакцию по адресу: 83087, г. Донецк, а/я 2314, (в России - 111141, г. Москва, а/я 473, Краснобельмова Н.Б.), вместе с копией квитанции о подписке.

4. Все победители будут награждены главным призом: «ЛЮСТРОЙ ЧИЖЕВСКОГО».

Дорогие читатели!

Чтобы купить предлагаемые нами товары для здоровья, Вам необходимо выслать почтовым переводом необходимую сумму по адресу: 83087, г. Донецк, а/я 2314, получатель - Колесник К. С. На почтовом переводе указать: за что оплачено, сколько, обратный адрес и телефон.

Ниже приводим таблицу цен.

Получение в течение после получения денежного перевода	15 дней	40 дней
1. Люстра Чижевского	450 грн.	400
2. Грязевые маски озера Чокрак	20 грн.	
3. Нод - актив	20 грн.	

Уважаемые наши читатели!

В адрес нашей редакции пришло более 10 тыс. писем с просьбой выслать газету с фотографией ясновидящего Владимира СОЛОМИНА. Отвечаем всем сразу, газеты мы не высылаем. Вы скажете, что она приносит удачу в делах и здоровье и вам необходимо но... газету мы не имеем возможность высылать. Календарики с фото В. Соломина и его личным напутствием, а также счастливым числом именно для вас - пожалуйста.

ВСЕ УСЛУГИ ПЛАТНЫЕ.

1. Фото с числом удачи на деньги - 300 руб.
2. Фото на выздоровление - 200 руб.
3. Фото на охрану дома - 400 руб.
4. Фото на защиту от сглаза, порчи, поражение энергетики - 400 руб.

Деньги перечислять по адресу:

В Украине: 83087, г. Донецк, а/я 2314, Колесник Ксении Станиславовне.

В России: 111141, г. Москва, а/я 473, Краснобельмовой Нине Борисовне.

ВНИМАНИЕ! В письмо не забудьте вложить конверт с обратным адресом. Марок должно быть две.

ПАРОЛЬ «НАСТРОЙ НА ВЫЗДОРОВЛЕНИЕ»

Дата рождения	Имя
Пароль	

ПАРОЛЬ «СНИЖЕНИЕ ИЗБЫТОЧНОГО ВЕСА»

Дата рождения	Имя
Пароль	

ПАРОЛЬ «ДЛЯ ЖЕЛАЮЩИХ БРОСИТЬ ПИТЬ»

Дата рождения	Имя
Пароль	

ПАРОЛЬ «ЛЮБОВЬ»

Дата рождения	Имя
Пароль	

ПАРОЛЬ «СЧАСТЛИВОЕ ЧИСЛО»

Дата рождения	Имя
Пароль	

ПАРОЛЬ «НА ДЕНЬГИ»

Дата рождения	Имя
Пароль	

Слова-пароли - это фактор поддержки своего психометрического кредо в момент преодоления тех или иных препятствий в достижении успехов при движении к желанной цели.

Чтобы заработал пароль, он должен быть индивидуален и его лучше четко астрологически и энергетически определить.

Мы можем помочь Вам в этом, если Вы вырежете вышеприведенный купон и вышлите на наш адрес вместе с почтовым переводом на 5 гривень за каждый пароль (в случае заказа 3-х паролей стоимость составит 12 грн., 6-ти - 22 грн.).

Для России: стоимость услуги - 25 руб. за каждый пароль (в случае заказа 3-х паролей стоимость составит 60 руб., 6-ти - 110 руб.).

Льготы для подписчиков газеты: в Украине стоимость услуги 2 грн. за каждый пароль (в случае заказа 3-х паролей стоимость составит 5 грн., 6-ти - 10 грн.). В России 15 руб. за каждый пароль или 25 руб. - за 3 пароля и 48 руб. за 6 паролей. **Только не забудьте выслать также копию квитанцию о подписке.**

Деньги переводить по адресу:

В Украине: 83087, г. Донецк, а/я 2314, Колесник Ксении Станиславовне.

В России: 111141, г. Москва, а/я 473, Краснобельмовой Нине Борисовне.

ВНИМАНИЕ! В письмо не забудьте вложить конверт с обратным адресом. Марок должно быть две.

Помните! Что Ваше личное благополучие находится только в Ваших руках, и, используя наши советы, достичь его не составляет особого труда!

АСТРОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОГНОЗ С 10 ПО 25 ИЮЛЯ

МАЛЕНЬКАЯ ОШИБКА МОЖЕТ ОБЕРНУТЬСЯ БОЛЬШИМИ УБЫТКАМИ

**ДЕВИЗОМ НЫНЕШНЕГО
ПЕРИОДА ПО ПРАВУ
МОЖНО НАЗВАТЬ "ТИШЕ ЕДЕШЬ
- ДАЛЬШЕ БУДЕШЬ".**

Астрологическое влияние будет таково, что наши желания далеко не всегда будут совпадать с нашими возможностями. Планеты заставят нас подвести своеобразный итог предыдущего месяца. Тех, кто в предыдущий месяц в суете развлечений не заботился о дне завтрашнем, судьба может жестоко покарать: финансовое положение в этот период у них будет плачевным. Остальным также стоит учесть, что до 7 августа не стоит рассчитывать на денежный дождь и лучше уменьшить свои запросы в материальном плане.

Используйте это время для устройства семейных дел, обустройства домашнего быта. Общение со старшими родственниками пойдет всем на пользу, укрепит семейные узы, а особенно благотворно скажется на младшем поколении. Так что можете спокойно отправлять своих "наследников" к бабушке с дедушкой. Если ваш отпуск приходится на данный период, то лучше провести время на природе, в лесу, еще лучше - вблизи водоема, главное - чтобы эти места были уединенными от городской суеты. Общение с природой вернет вам душевный покой и силы. Хотя для коммерческих поездок этот период нельзя назвать благоприятным. Очень хорошо заняться в это время оформлением или переоформлением документации, связанной с домом, жильем: оформление наследства, переоформление лицевого счета или телефона. Этот период также благоприятен для начала обучения, особенно гуманитарным предметам.

Коммерческие проекты, начатые в этот период и до 7 августа, вряд ли принесут большие дивиденды, даже если будут очень за-



манчивы. Зато вам может быть нанесен значительный ущерб различными государственными фискальными органами. Это время требует тщательной работы со всеми финансовыми документами - маленькая ошибка может обернуться большими убытками. Однако психологический настрой большинства людей, особенно после 15 июля, будет диктовать прямо противоположное: небрежность в мелочах, а планы - один грандиознее другого. Также в людях будет сильно желание наслаждаться всеми радостями жизни и, естественно, обеспечить их себе материально. Но, как уже было сказано, наши возможности, не всегда будут совпадать с желаниями. Ну а поскольку наслаждение всеми радостями жизни подразумевает и флирт, и любовные увлечения - этого также будет в избытке. Однако стоит отметить, что на любовном фронте не будет идти все гладко. Управительница любви Венера в данный период занимает ущербное положение, что не сулит гармоничных взаимоотношений. Зато в избытке будут амбиции, стремление диктовать свое партнеру

и добиться от него беспрекословного подчинения. Последнее в большей степени будет свойственно мужчинам. Возрастает подверженность венерическим заболеваниям.

Романтические отношения, которые завяжутся в этот период, в дальнейшем вряд ли можно будет назвать "романтическими". Начнутся это отношения как-то незаметно. Да и дальше партнеры не стремятся их афишировать. Типичная картина таких взаимоотношений - внебрачные встречи, в которых оба партнера хотят получить то, что недополучили в семье, или роман со служивцев. В последнем случае совместные деловые отношения служат своеобразным "цементом" для связи. Отношения, завязавшиеся в этот период, в дальнейшем отличаются ровным течением и большой сентиментальностью, но никогда не проявляют себя "шекспировскими страстями". Секс во взаимоотношениях играет значительную роль, но еще большую - опыт обоих партнеров, причем, опыт негативный. Длительность подобных взаимоотношений напрямую зависит от возраста партнеров.

В плане здоровья стоит обратить внимание на уязвимость позвоночника, сердца, области спины. При проведении праздников стоит быть осторожней с огнем (петарды, костры и т.п.) - существует вероятность повышенного травматизма а также пожаров. Уязвимы органы пищеварения в плане повышенной вероятности отравлений. Тем, кто страдает хроническими заболеваниями желудочно-кишечного тракта, стоит провести профилактическое лечение, особенно травами. Не стоит проводить оперативное вмешательство (без жизненных показаний) в области спины и сердца.

Звездочет ВЕГА

В Украине: рег. уд. КВ 2847 от 3.10.97
Учредитель и главный редактор КОСТАНДА С. Я.

В России: рег. № 018633 от 25.03.99
Учредитель Мозжухина А.Н.
Издатель и редактор: Краснобельмова Н. Б.
111141, г. Москва а/я 473

E-mail: kostanda@mail.ru; iskra_ua@yahoo.com
<http://www.zona.com.ua/www/index.htm>

Главный редактор КОСТАНДА С.Я.
Отпечатано в "Типографии Михайлова"
г. Смоленск

3.5210 Тираж 8500 экз. Общий тираж 18000 экз.

Мнение авторов может не совпадать с мнением редакции. Перепечатка статей — с разрешения редакции.
Рукописи не возвращаются. Просьба: не использовать газету в хозяйственных целях.
Если она вам не нужна, подарите ее друзьям или соседям.

№ 14

Июль 2002 г.

Нетрадиционная медицина

САМОИЩЕЛЕНИЕ ДОЛГОЛЕТИЕ

Основана в 1994 году, выходит 2 раза в месяц

Подписной индекс:

для Украины 41332
для России 79671

**ОН
ИЩЕЛЯТ
МОЛИТВОЙ
И ЗЕЛЬЕМ**

**НАЙДЕН МЕТОД
БОРЬБЫ СО СПИДОМ -
ПОЛОВОЙ КОНТАКТ МЕЖДУ
ВИЧ-ИНФИЦИРОВАННЫМИ**

Сенсация!



Элексир страсти

*Человек не может
жить без секса*

**Дьявольская
рогатка**

**Лошади -
целители**

**ГЕМОРРОЙ -
как избежать
осложнений**

СЛОВО К ЧИТАТЕЛЮ

№ 14 (июль) 2002 год
В номере:

Слово к читателю	2
Белый аист московский	2
Духовное исцеление	4
Нам путь указывают свыше	4
Он исцелял молитвой и зельем	5
Хотите верьте...	6
Их учили защищать	6
Правильное питание	8
День сырости	8
Рецепты народных лекарей	9
Ходите дома босиком	9
Животные лекари	10
Вскачь от болячек	10
Психическое здоровье	12
Прислушайтесь к себе	12
Среда обитания	13
«Плохая экология...»	13
Сезонные заболевания	14
Солнце - друг или враг?	14
Помоги себе сам	15
У вас ячмень на глазу?	15
Клуб феноменов	16
СПИД известный и незнакомый	16
Консультации специалиста	18
Виагра	18
Сны и сновидения	20
Как постелишь так и выспишься	20
«Дьявольская рогатка»	21
Консультации специалиста	22
Геморрой	22
Кроха	23
Доброе утро	23
Уроки интимной жизни	24
Сексуальное здоровье	24
Чудо-травки	25
Травы, а не таблетки	25
Красота и здоровье	26
Праздничное лицо	26
Вредные привычки	27
Они несут смерть	27
Доктор интернет	28
Алло, скорая!	29
Обратная связь	30
Письма читателей	30
Полезная страничка	31
Пароли, конкурсы	31
Астрологический прогноз	32
Девы, улучшайте внешний вид... ..	32

Прошло 22 года со смерти прекрасного поэта, барда, актера «всенародного Володи».

Почему-то и сейчас не выходят из памяти, все звучат и звучат, болят в нас его песни. А я вижу его самого, его лицо - каменеющее, когда он поет, его набрякшую шею с жилами, готовыми разорваться от напряжения, так, что и смотреть страшно, и глаз нельзя оторвать, так мощно, красиво...

были «блатные песни», романтика преступного мира 50-х. На одном из концертов Владимир Семенович так говорил о своем раннем периоде творчества: «От своих первых, так называемых «блатных» песен я никогда не отказывался. Хотя многие на это сетовали всячески. Я считаю, что они колоссальную мне пользу принесли. В смысле работы над формой, очистки (стиля), простоты, кажущейся примитивизации мелодии, чтобы это сразу входило не только в уши, но и в душу». Параллельно с «блатными» Высоцкий пишет песен-сказки, лирические песни, песни о войне. Об этих последних он говорил: «Это не просто военные песни, я никогда не воевал, мне не довелось, а это песни-ассоциации, написанные для людей, которые тоже не прошли этого дела. Просто на эту

БЕЛЫЙ АИСТ

Непостижимо, откуда он, молодой, так много, так кровно знал обо всем?

О войне - сам не воевал. О тюрьме - сам не сидел. О деревне - сам горожанин, москвич (дом на Первой Мещанской в конце улицы). Откуда эта щемящая фольклорная достоверность? Никакая тут не стилизация: он о родном, о своем поет. Как сумел он вместить, прожить столько жизней и каких! И как все же много может сделать один человек.

О нем впервые узнали в середине 50-х. Он был одновременно автором-песенником и актером театра и кино. На этом многогранность его таланта не исчерпывалась. Интересны дневники, путевые заметки, письма к друзьям. Писал Высоцкий и прозу (повести «Жизнь без сна», «Черная свеча»). Но ни одно его стихотворение, ни одна его песня, кроме разве нескольких песен к кинофильмам, не были изданы на родине поэта при его жизни. Он не получал ни наград, ни званий, ни орденов, ни медалей. Но его знали все. И любили. Его побаивались даже зазнавшиеся орденоносные «герои», даже высокопоставленные партийные чинуши, которых Владимир Высоцкий высмеивал в своих песнях. Им мстили ему, как могли. Творчество Высоцкого в России замалчивали, его намеренно не упоминали в прессе, концерты срывали, ему устраивали скандалы, арестовывали «по ошибке».

Началом пути Высоцкого-поэта



тему. Там люди находятся в крайней ситуации, в момент риска, на грани смерти. Поэтому оттуда просто персонажи интереснее брать, а вовсе не из-за того, что, дескать, я пишу песни о войне». Слушая песни Высоцкого, ветераны Второй мировой войны поражаются, с какой точностью описал он чувства людей на фронте.

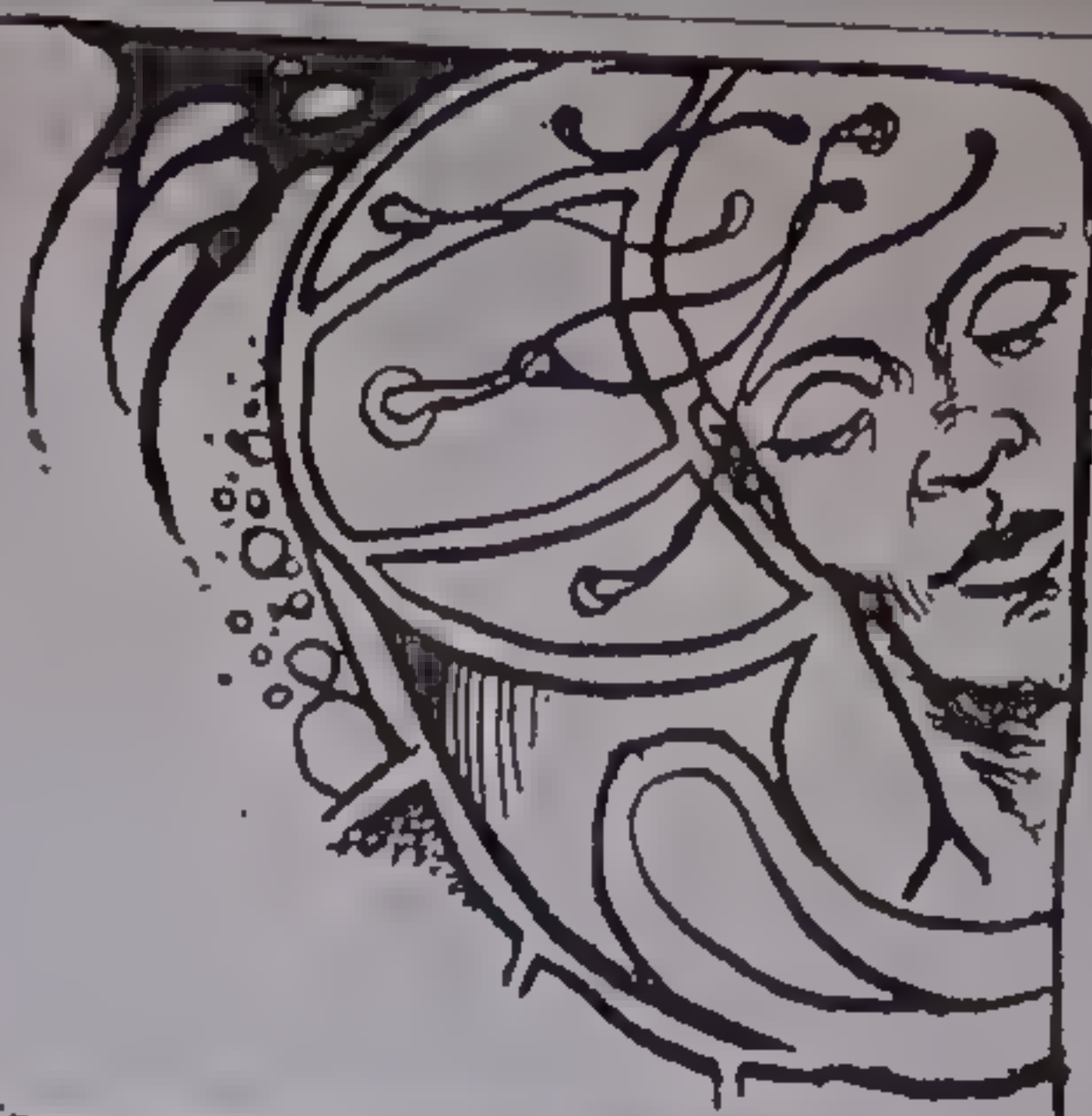
«Меня часто спрашивают, не сидел ли я, не плавал ли, не шоферил ли?.. Так происходит потому, что многие мои песни написаны от первого лица». Эти песни (их можно было бы условно назвать «монологами») образуют большой раздел в творчестве Высоцкого. Собранные вместе, они

СЛОВО К ЧИТАТЕЛЮ

рисуют картину жизни тогдашней России,

В последние годы Владимир Высоцкий обратился в своей поэзии к сложным философским темам, социальным аллегориям, проблемам поэта в современном мире. В самых поздних произведениях звучат безысходность и боль - это результат постоянного давления на поэта, ощущение неизбежной расплаты за сказанную правду. Могучий организм поэта работал на саморазрушение. Земная жизнь становилась для него все прозрачней, сквозь нее виделась иная, тамошняя жизнь, где можно будет спеть, «представ перед Всевышним», и «оправдаться перед ним».

В одной из песен Высоцкий обещал: «Не волнуйтесь, я буду с вами, и не надейтесь, я не уйду...» Вторую



Тому, кто догадался приковать
Нас узами цепей к хваленной жизни.
Неужто мы надеемся на что-то?
А может быть, нам цепь не по зубам?
Зачем стучимся в райские ворота
Костяшками по кованым скобам?

МОСКОВСКИЙ

половину он не выполнил. Это не в силах брэнного человеческого тела - победить воровку-смерть. Он ушел в такую страну, откуда возврата нет. Но все же сказал правду - остался с нами. Его песни, его роли будут жить.

Эх, раз, еще раз, еще много-много раз.

Он поет перед Всевышним, тот с него не сводит глаз...

Материал подготовил
Валерий ВЕСЕЛОВ

В дорогу, живо, или в гроб ложись

В дорогу, живо, или в гроб ложись,
Да, выбор небогатый перед нами.
Нас обрекли на медленную жизнь.
Мы к ней для верности

прикованы цепями.

И кое-кто поверил второпях,
Поверил без оглядки, бестолково.
Но разве это жизнь, когда в цепях,
Но разве это выбор, если скован?
Коварно нам оказанная милость,
Как зелье полоумных ворожих.
Смерть от своих

за камнем притаилась,

И сзади тоже смерть, но от чужих.
Душа застыла, тело затекло,
И мы молчим,

как подставные пешки.

А в лобовое грязное стекло
Глядит и скалится позор
в кривой усмешке.

И если бы оковы разломать,
Тогда бы мы и горло перегрызли

Нам предложили выход из войны,
Но вот какую заломили цену:
Мы к долгой жизни приговорены
Через позор, через позор,
через измену.

Но рано нас равнять
с болотной слизью,
Мы гнезд себе на гнили не сошьем,
Мы не умрем мучительной жизнью,
Мы лучше верной смертью оживем.

Звезды

Мне этот бой не забыть нипочем:
Смертью пропитан воздух,
А с небосклона бесшумным дождем
Падали звезды.

Вот снова упала и я загадал:
Выйти живым из боя.

Так свою жизнь я поспешно связал
С глупой звездой.

Я уж решил — миновала беда
И удалось отвертеться,
Но с неба свалилась
Шальная звезда прямо под сердце.
Нам говорили — нужна высота
И не жалеть патроны.

Вон покати́лась вторая звезда.
Вам на погоны.

Звезд этих в небе,
как рыбы в прудах,
Хватит на всех с лихвою.

Если б не на смерть —
Ходил бы тогда тоже героем.
Я бы звезду эту сыну отдал
Просто на память.
В небе висит, пропадает звезда —
Некуда падать.

Владимир ВЫСОЦКИЙ

ДЛЯ ХОРОШЕГО САМОЧУВСТВИЯ

Это один из тех рецептов, который может эффективно поддержать ваше здоровье. В нем заключен главный принцип народной медицины — лечить не столько конкретные болезни, сколько весь организм. Используя этот сбор, вы укрепите сердечные мышцы, нервную систему, он благотворно будет воздействовать на сон и пополнит ваш организм необходимыми витаминами.

В сбор входит (в граммах):

- крапива жгучая (листья) - 20;
 - донник лекарственный (листья и цветы) - 10;
 - валериана лекарственная (корень) - 20;
 - мать-и-мачеха (листья) - 20;
 - ландыш (цветы и листья) - 20;
 - буквица лекарственная - 20;
 - орех грецкий (листья) - 20;
 - тысячелистник (цветы) - 15;
 - алтей лекарственный (цветы и листья) - 15;
 - липа сердцелистная (цветы) - 15;
 - материнка (листья и цветы) - 15;
 - барвинок (травы) - 15;
 - ромашка аптечная - 10;
 - шиповник (плоды) - 40.
- (Травы обязательно размельчить).

Все смешать, взять три столовые ложки сбора, залить 500 г кипятка, настоять 30 минут, затем процедить. Хорошо добавить сюда сок половины лимона, одну-две ложки сахара, но лучше меда. Настой нужно разделить на 6 частей и пить так: одну часть за 20 минут до завтрака, вторую - через час после еды. Так же в обед и в ужин. Когда такой возможности нет, то можно делить на три части и пить за 20 минут до еды. Детям от 10 до 15 лет можно давать в той же последовательности только 200 г настоя, а детям до одного года - до 100 г, соответственно уменьшая и количество травы.

НАШЕЛСЯ!

Он пропал. Я предложил подождать до утра: может, придет? Но стоило глянуть на лица всех остальных членов семьи, чтобы понять: мое предложение не подходит. И мы сели в машину и поехали искать своего шотландского терьера.

Мы объезжали закоулок за закоулом, звали его и вглядывались в темноту. В голову приходили ужасные мысли. Что, если его сбила машина? Что, если его кто-то забрал? Неужели мы своего пса больше никогда не увидим?

Но, в конце концов, мы нашли его. И я был рад этому не меньше всех остальных. Весь мокрый, грязный и вонючий, он в этот момент нам казался самым милым и красивым псом в мире. Более того, в те минуты казалось, что мы все рады этому нашему бродяге и грязнуле гораздо

больше, чем друг другу.

Значило ли это, что мы своего пса любили больше, чем своих родных? Да конечно же нет. И если мы проявляем особое внимание к кающемуся алкоголику, прелюбодею или вору, это не значит, что мы всех остальных не любим. Это всего лишь значит, что в нас проявляется Божья любовь, что это Бог в нас радуется возвращению домой милого сердцу Его блудного сына.

РадуетсЯ?

Грязный блудный сын домой плетется... Что стоишь? Беги ему навстречу! Если наших Бог сердца коснется, грешника корить нам будет нечем.

(Спер)

НАМ ПУТЬ УКАЗЫВАЮТ СВЫШЕ

Я как-то жил в гостинице на 25-м этаже. Вид из окна открывался, конечно, шикарный. Подо мной гудел город, мчались по шоссе в четыре ряда сплошные потоки машин.

Глядя в окно, я однажды увидел, что у одного водителя что-то случилось и он застрял в самой гуще машин. Мне сверху было видно, ясное дело, больше, чем там, внизу, и я видел, как некоторые водители перестраивались в тот же ряд, в котором застрял незадачливый водитель. Им казалось, что они выиграют время, но, сами того не зная, они обрекали себя на долгое ожидание.

Частенько и мы едем по жизни так же, как эти водители. Далеко вперед не заглянешь, и мы выбираем тот маршрут, который нам кажется самым лучшим. Но впереди оказываются не гладкие просторные автострады, а пробки, и остается только ждать. Сколько - непонятно, чего - неизвестно. И вот стоишь так и ждешь - теряя дни, годы и нервы. Но есть ведь выход из всех наших пробок - есть Тот, Кто превыше всего. Кто знает все, что было и все, что будет! Вот почему в книге Притчей сказано: «Во всех путях твоих познавай Его, и Он направит стези твои» (Пр. 3:6). Когда Господь ставит знак «проезда нет», «перестроиться в другой ряд» или «нужно ждать», наше дело - с радостью Ему и Его знакам повиноваться.

Нам путь указывают свыше. Он ведет меня! Дивное счастье! В этой мысли самой утешенье! Пусть беда, пусть гроза, пусть ненастье - Бог ведет меня прямо в спасенье!

(Гилмор)

НЕ ЭКОНОМЬТЕ НА ЖИВЫХ

Библейские герои часто нас удивляют. Взять женщину, к примеру, из Библии. Христос сказал, что о ней будут вспоминать везде, где будет проповедано Евангелие. А ведь когда она сделала то, что останется в памяти людей навечно, поднялся скандал. Женщина эта, чувствуя, что Иисус идет на смерть, помазала Его драгоценными благовониями общей стоимостью более годового заработка.

«Такие деньги!» - возмутились некоторые. Если бы эти люди

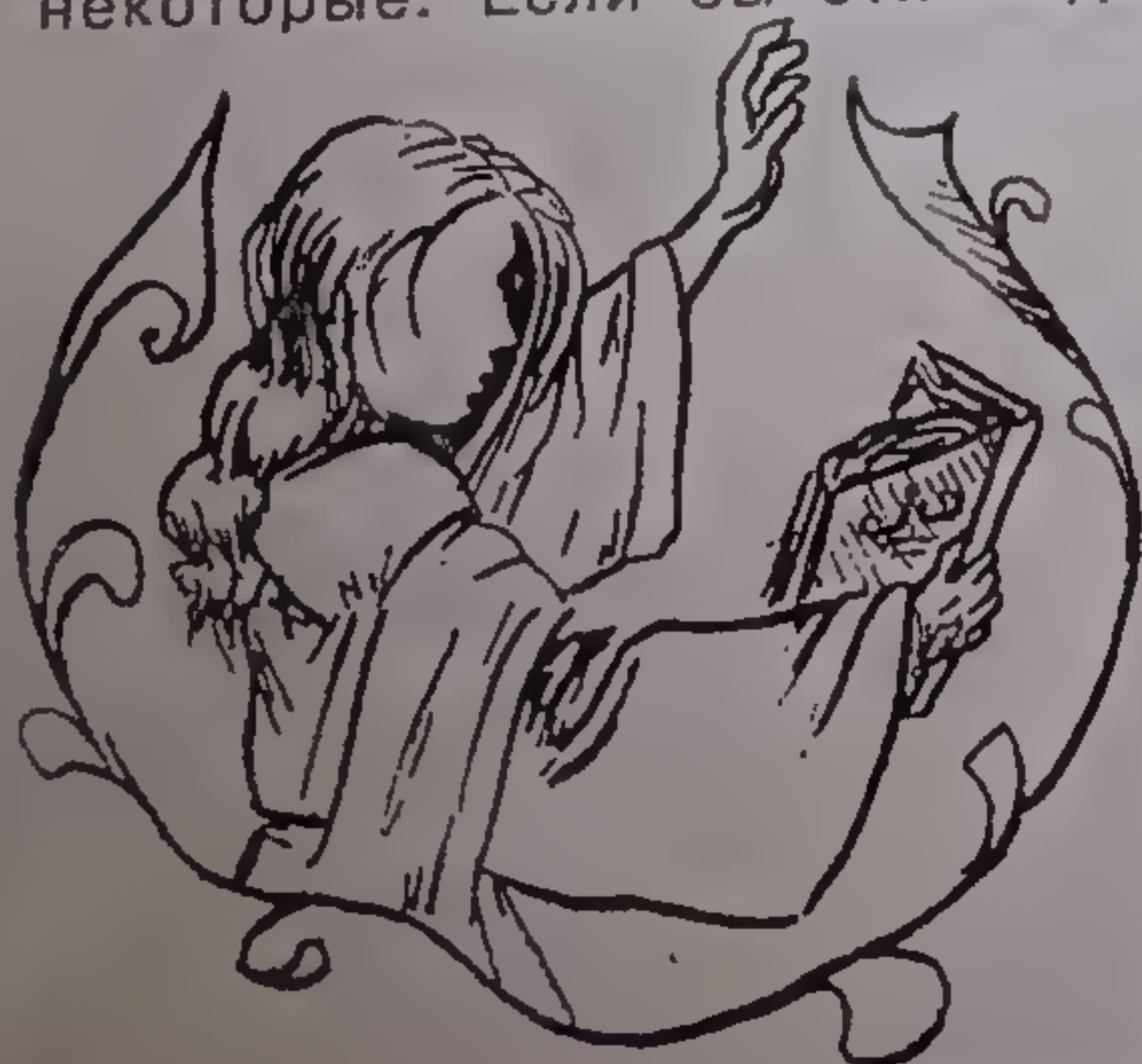
присутствовали на погребении Христа, а не на пире с Ним, думаю, они отреагировали бы иначе. Но пока Христос был жив. И такая щедрость слушателям учения Христовая представлялась неразумной тратой.

Да, многому может нас научить эта женщина. Нельзя экономить на живых. Но мы то и дело ждем, пока кто-то уйдет от нас, и только потом начинаем воздавать ему то, чего недодали при жизни.

Может, вам кто-то вспомнился? Может, нужно поддержать добрым словом друга или близкого вам человека, пока он жив? Так что ж вы тянете?!

Вы доброе слово скажите смелей Тому, кто живой, кто сейчас рядом с вами. Не нужен речей ему будет елей, Когда он исчезнет за смерти вратами.

(Д. де Гаан)



ДУХОВНОЕ ИСЦЕЛЕНИЕ

Он исцелял молитвой и зельем...

В ближних пещерах Киево-Печерской лавры покоятся мощи преподобного Агапита Печерского, призванного Богом нести исцеление людям. «Киево-Печерский патерик» содержит сведения о жившем в XI веке лекаре-монахе.

Неизвестно, когда родился Агапит, но он пришел в Печерский монастырь в числе первых и был пострижен в монахи игуменом преподобным Антонием. Его монашеское имя - Агапит в переводе с греческого означает «Божественная любовь», то есть высшая степень любви и милосердия. В «Патерике» написано, что Агапит шел к больному без зова, будто голос свыше подсказывал, где именно ждут его помощи. Он никогда не брал денег за лечение - неважно, князь или нищий нуждались в его помощи.

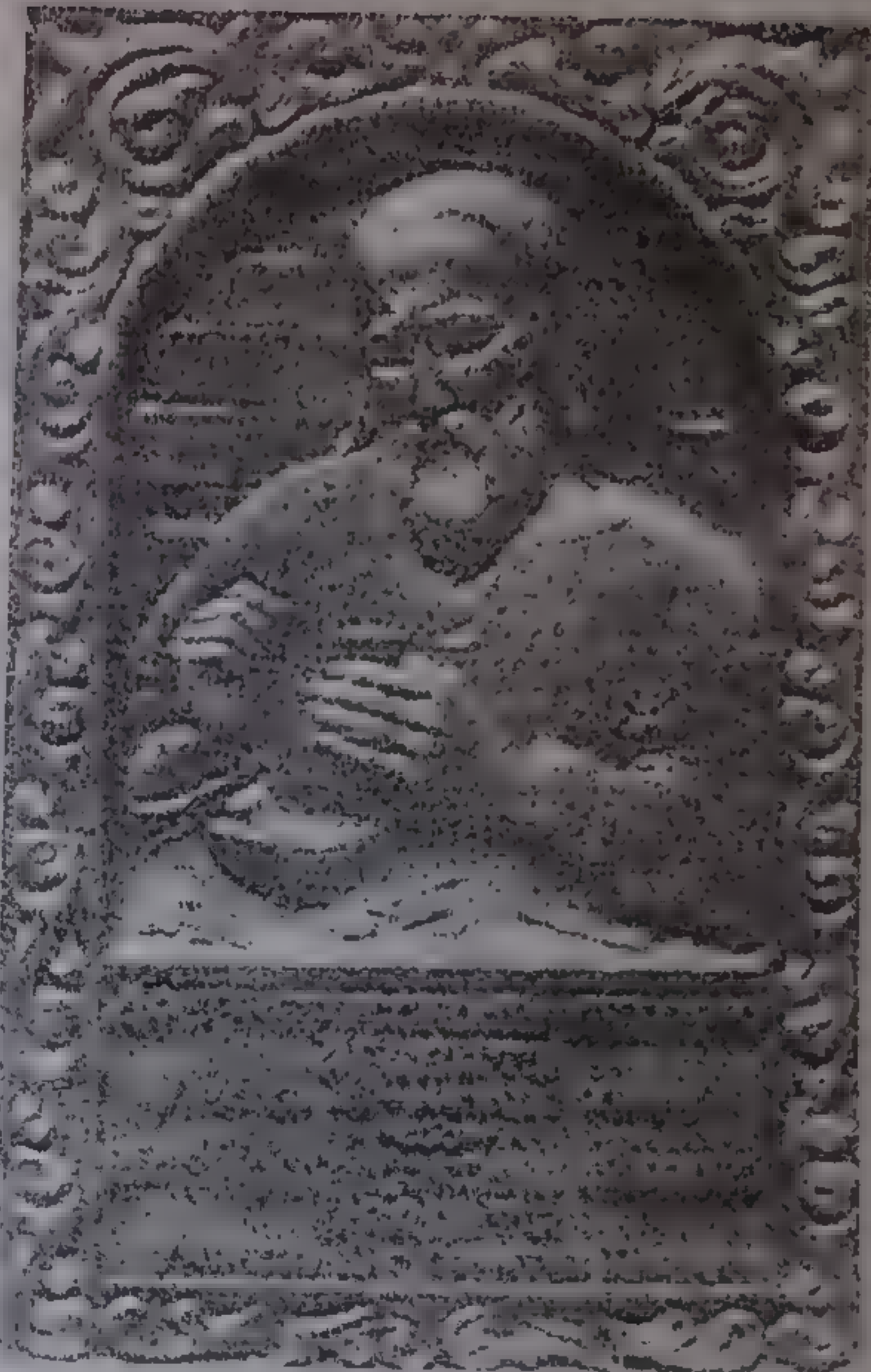
Заботами преподобных Агапита и Феодосия, в Лавре в XI веке была создана первая на Руси больница (сегодня на этом месте Никольская церковь). А первая психиатрическая клиника, дошедшая до нас в виде «Кельи бесноватых» в Ближних пещерах, существует и поныне.

«Патерик» сообщает, что в то время жил и практиковал в Киеве известный лекарь по прозвищу Армянин. Правда, был он еще магом и алхимиком. Мог, например, указать день и час смерти больного. Одному та-

кому страждущему он предсказал смерть через восемь дней. Но когда больного принесли к Агапиту и тот с молитвой к Господу напоил его своими микстурами, болезнь отступила. Обиженный Армянин послал людей с отравленным снадобьем к исцеленному человеку и самому Агапиту. Но Святой целитель, хотя и выпил отраву, остался жив! То же произошло и с его пациентом...

В это время заболел черниговский князь Владимир Мономах. Армянин, применивший все свои магические знания, не смог справиться с недугом. И вот уже на смертном одре князь обратился к Агапиту. Святой поставил диагноз на расстоянии и, передав через гонца необходимые снадобья, вернул князя к жизни. Вскоре после выздоровления Владимир Мономах поехал в Киев, чтобы отблагодарить лекаря. При встрече с ним Агапит попросил раздать предназначенные ему за излечение деньги нищим, а снадобья отнести в монастырскую лечебницу. Что и было сделано.

Вскоре заболел и сам целитель. Пришел к Армянину. Тот, взявши за руки Агапита, известил его о грядущей на третий день смерти. Самоуверенный маг добавил, что если он ошибется, то бросит свою веру и пострижется в монахи. На это Ага-



пит ответил, что умрет он не в третий день, а в третий месяц. Так оно и произошло. Преподобный Агапит Печерский скончался 14 июня 1095 года...

В ходе современных исследований мощей Агапита на его руках были обнаружены частицы медного порошка и пыльца растений из Византии - компоненты первых лекарственных препаратов. Кандидат биологических наук Тамара Решетникова выявила биологическую активность мощей Агапита (ускоряют развитие растений) и радиопротекторную способность (ослабление действия радиации). Другие ученые подтвердили эти выводы и, кроме того, зарегистрировали отчетливое бактерицидное действие мощей. Неужели Агапит даже после смерти продолжает исцелять? Во всяком случае, болящие продолжают обращаться за молитвенной помощью к преподобному Агапиту Печерскому и зачастую получают облегчение, а то и избавление от недуга.

В. ШТЕПА

МОЛИТВА НИКОЛАЮ УГОДНИКУ

Николай Угодник, Божий Угодник, Божий помощник!

**Ты разрушаешь горы, разрушаешь камни,
разрушаешь колдовство, чародейство, сделки,
ненависть, проклятье, порчу, сглаз - от плохой
минуты - рабе твоей (имя) не на час, не на два -
а навсегда! Аминь!**

Читать три раза.

Женские дни: среда, пятница, суббота.

Тепло любви может растопить даже сердце врага

ХОТИТЕ ВЕРЬТЕ...

«... я давно занимаюсь восточными единоборствами и интересуюсь всем, что с ними связано. Часто приходилось слышать о супербойцах ниндзя, но вся информация была неполной, а хотелось бы знать о феномене ниндзюцу побольше. Не можете ли вы помочь в моей просьбе?»

Алексей М. г. Макеевка

ловкости и изворотливости. Затем осваивался «шпагат», различные растяжки, сальто, перевороты и прыжки на бревне. Отрабатывались также приемы лазанья по деревьям с голым стволом, прыжки с ветки на ветку. Особым пунктом физического воспитания были прыжки в высо-

Уважаемый Алексей. Конечно тема, которая вас интересует, несколько не соответствует материалам, публикуемым в нашей газете, но так как в искусстве ниндзюцу много мистического, а восток вообще окутан тайной, мы решили, что материалы по интересующему вас вопросу, имеющиеся в архивах редакции, вполне могут быть опубликованы в нашей новой рубрике «хотите верить...» Думаю, что изложенное вас не разочарует.

Валерий ВЕСЕЛОВ.

Все мы не раз видели фильмы «про ниндзя». Судя по этим фильмам, их герои - сверхшустрые щупленькие супергерои, которые либо постоянно дерутся между собой, спасая чью-нибудь честь, либо обучают менее щупленьких американцев по поводу и без отрывать головы «плохим». Совершенно непонятным при этом остается назначение самих ниндзя. Мы, европейцы, пожалуй, и вовсе этим не интересуемся, хотя повод для размышлений вроде есть: если верить фильмам, ниндзя - идеальные убийцы. А если верить учебникам по восточной культуре, все виды боевых искусств там направлены скорее на усовершенствование духа, чем на создание ходячего смертельного оружия. В таком случае, кто же такие ниндзя?

Слово «ниндзя» в буквальном переводе означает «лазутчик»

В средние века в Японии так именovali шпионов. Отсюда происходит и название самого загадочного и уникального из всех воинских искусств - ниндзюцу. Искусство это на протяжении веков было уделом только избранных. Еще бы, ведь для того, чтобы стать ниндзя, надо было пройти непомерно трудную физическую

ИХ УЧИЛИ

подготовку, в результате которой воин-шпион мог без труда преодолевать высокие крепостные стены, перебираться через глубокие рвы, находиться часами под водой и молчать под жестокими пытками. И по сей день многие тайны ниндзюцу еще не до конца раскрыты психологами, биологами и врачами.

История «ниндзюцу»

Японцы относят происхождение ниндзюцу к началу нашей эры, но достоверные его признаки можно проследить лишь начиная с периода правления императрицы Суйко (593-628), когда легендарный принц Сетокку Тайси боролся за владение провинцией Оми. В ходе военных действий принц не раз прибегал к шпионажу, добывая таким образом ценную информацию о вражеских войсках. Процесс оформления ниндзя в особый социальный слой произошел еще позже. Из разрозненных групп постепенно вырастали целые секретные кланы разведчиков, скрепленные узами кровного родства, со своей строгой иерархической структурой и присягой на верность. Во главе такой общины стоял руководитель - дзенин, чье имя порой не было известно рядовым исполнителям, поскольку залогом благополучия общины была строгая секретность.

Тренировка ниндзя

Она начиналась уже с младенчества, ведь нередко судьба ребенка диктовалась еще с рождения его принадлежностью к определенной касте. Люльку с будущим ниндзя часто ударяли о стены, приучая ребенка к сотрясениям. В полугодовом возрасте такой малыш начинал заниматься плаванием и осваивал его раньше, чем ходьбу. В четыре года он приучался к специальным играм на быстроту реакции, требующим

ту, при освоении которых в качестве препятствия нередко использовалось настоящее оружие. Практиковались и многоступенчатые прыжки. Одной из загадок ниндзя было хождение по потолку. Конечно, они не могли бы «пройтись» по обычному потолку современной европейской квартиры. Секрет этого трюка заключается в том, что на потолках старинных японских комнат на расстоянии примерно метра друг от друга располагались балки, упираясь в которые руками и ногами, ниндзя мог перебраться через всю комнату, ни разу не коснувшись пола.

Обязательными были и занятия по ослаблению чувствительности к боли. С ранних лет детям делали специальный болевой массаж. В результате такой практики болевые ощущения постепенно притуплялись. Благодаря болезненным процедурам растягивания суставных сумок, учителя добивались повышения подвижности скелета у своих учеников. Ниндзя мог свободно «вывернуть» себе руку, перевернуть стопу или кисть. Такие свойства были неоценимы при пролезании через узкие отверстия. Если ниндзя связывали веревкой, он напрягал все мышцы, чтобы потом, расслабившись, ослабить тем самым путы и высколь-



ХОТИТЕ ВЕРЬТЕ...

знуть из них. У ниндзя развивали презрение к смерти. Уродовать себя до неузнаваемости перед неизбежной кончиной, в случае поимки стало чуть ли не традицией ниндзюцу. Порой, если мучения во время пыток во вражеском лагере становились нестерпимыми, чтобы не заговорить, нинд-

сты, порой написанные даже на китайском языке! Лазутчик должен был уметь также подслушивать, подглядывать и ... убивать. Преподавались ниндзя и основы актерского мастерства. Для маскировки во время разведывательных операций, особенно, требовавших длительного сбора ин-

ЗАЩИЩАТЬ

зя мог откусить себе язык, что вызывало болевой шок.

Острота чувств ниндзя

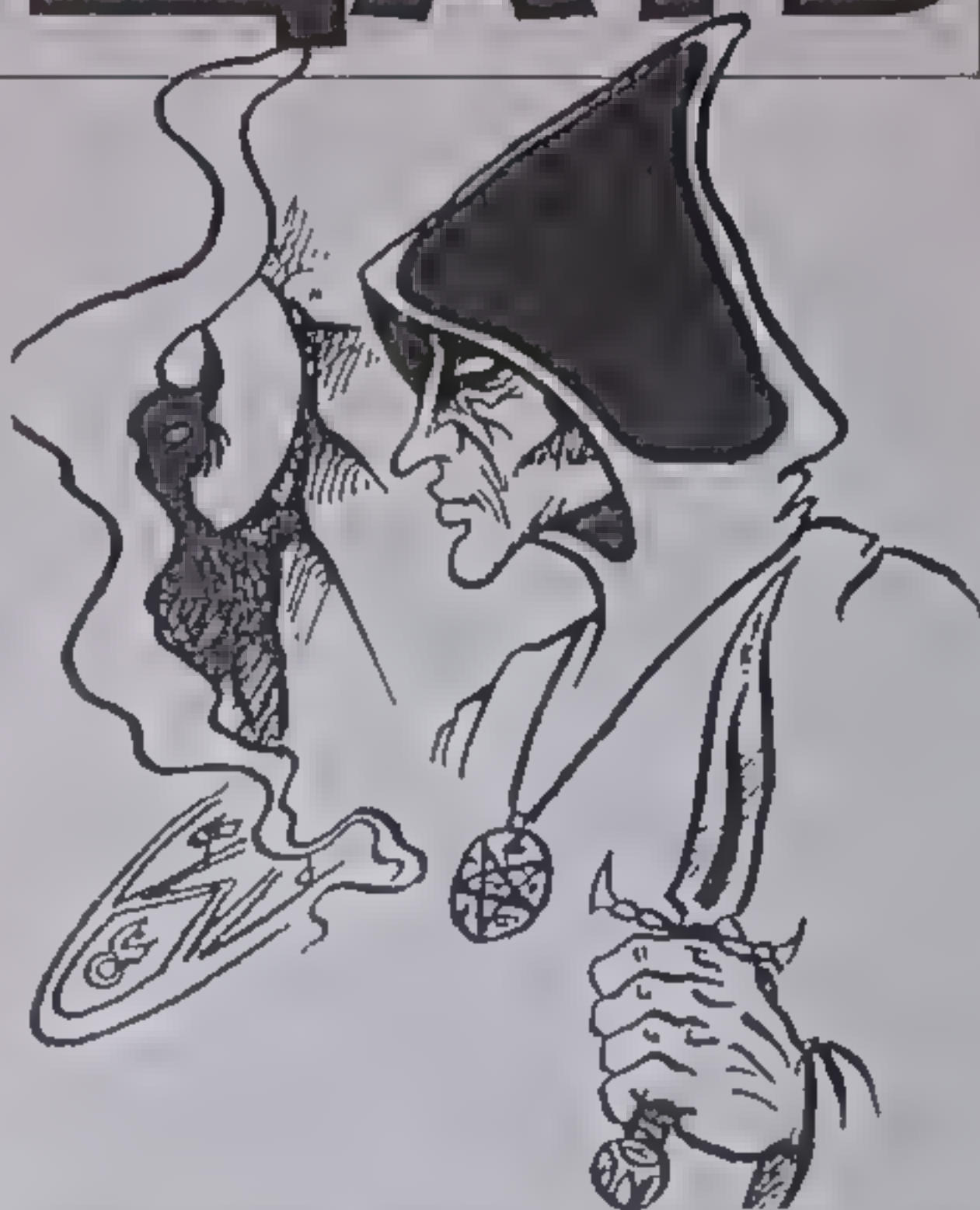
Доводилась до предела, поскольку от быстрой и правильной реакции, порой, зависела его жизнь. Умолкнувший хор лягушек в болоте предупреждал ниндзя о приближении человека. Чуть более громкое жужжание комаров под потолком комнаты раскрывало засаду на чердаке. По звуку камня, брошенного со стены, ниндзя умел определять глубину рва и уровень в нем воды. По звону оружия он угадывал его вид, а по свисту стрелы - дистанцию до лучника.

Ниндзя учили передвигаться гуськом, ступая след в след, ходить на ходулях такуэума. Искусство верховой езды было для них особой дисциплиной, хотя содержать и разводить лошадей в лагерях ниндзя было порой нелегко. Юный ниндзя осваивал технику езды под брюхом лошади. Он учился свешиваться на бок так, чтобы стрелы противника были ему не страшны. Он должен был уметь вскакивать на мчащуюся лошадь, на всем скаку падать из седла и даже волочиться по земле за лошадью, притворяясь убитым. Одним из самых сложных номеров было перескакивание на полном скаку на лошадь противника. При этом надо было вышибить всадника ногой из седла и занять его место.

Методы йоги

были обязательны

Молодые люди переходили от психофизического тренинга к познанию методик йоги. «Образование» ниндзя не ограничивалось спортивными умениями. Для анализа добытой информации важно было уметь свободно читать сложные тек-



формации, ниндзя разучивал ряд ролей: бродячего актера, странствующего монаха, горного отшельника, буддийского священника, фокусника и жонглера, крестьянина, горожанина и купца.

Подготовка ниндзя продолжалась вплоть до наступления зрелости, когда в 15 лет происходил обряд посвящения в члены рода и будущие разведчики становились полноправными членами общины.

С прекращением междоусобиц и упразднением самурайского сословия в 1868 г. традиции ниндзюцу, казалось, также прервались. Потомки отважных разведчиков переселились в города и занялись мирными промыслами. Однако традиция не умерла. Она возродилась уже в наши дни в школе Хацуми Масааки, который открыл платные занятия для обучения искусству ниндзюцу, сначала для своих соотечественников, а потом и для всех желающих. Правда, теперь отважные ниндзя совершают немыслимые прыжки чаще на экранах телевизоров и кинотеатров, чем в реальной жизни. Опасный промысел превратился в вид спорта.

Психическая саморегуляция

Сегодня широко применяются самые разные методы психологической самозащиты, в том числе и комбинированные. Сюда входят различные модификации аутогенной тренировки, регулирующей интеллектуально-волевой настрой и эмоциональную сферу. В книге «Тайны русского закала» подробно описаны два таких метода: психологическая гимнастика и гимнастика чувств и эмоций.

В нашей действительности психическая саморегуляция может представлять интерес как оздоровительный, профилактический и восстановительный метод. Прежде всего, это один из самых эффективных способов защиты от стресса, профилактики неврозов.

Судите сами: если глубоко расслабить мышцы и полностью отстраниться от психотравмирующей ситуации, может отпасть необходимость во всех успокаивающих, антистрессовых таблетках. В этом плане психическая саморегуляция является эффективным методом аутотренинга, дающим высокую степень концентрации.

Далее, этот метод является хорошей восстановительной процедурой. Достаточно 10 мин — и исчезают вялость, утомляемость, апатия, появляется чувство приятного отдыха и бодрости.

Наконец, психосаморегуляция значительно повышает восстановительный эффект массажа, зарядки, физических упражнений, оздоровительного бега.

(Продолжение на 8-й стр.)

Нет оружия страшнее, чем сам человек

Психическая саморегуляция

(Продолжение.
Начало на 7-й стр.)

Приводим ряд упражнений психической саморегуляции.

Упражнение 1. Сядьте удобно. Закройте глаза, положите ладони на колени и поверните кверху. Сосредоточьтесь на животе, направляя туда свое дыхание. Чувствуете, как при вдохе живот раздувается, а при выдохе сжимается? Не форсируйте естественный ритм дыхания. После выдоха сделайте паузу, ждите, пока дыхание не возобновится. Самое главное, чтобы с каждым циклом ваше дыхание под постоянным контролем внимания возвращалось в живот. Делайте это в течение 1 мин.

Упражнение 2. Подержите руки на весу, обратив их от себя на расстоянии около 10 см и повернув ладонями друг к другу. С каждым дыханием представьте себе, что вдох входит в ваш живот, а выдох следует вниз по рукам в кисти. Продолжайте «дыхание» в направлении кистей в течение 2—3 мин.

Упражнение 3. Для локального сосредоточения на наиболее утомленных пальцах представьте себе, что выдох покидает ваше тело именно через них. Через 1—2 мин вообразите, что вместе с дыханием между пальцами одной и другой руки туда и сюда идет пучок света и энергии. «Поиграйте» с этими пучками, поэкспериментируйте с ними, приближая и разводя ладони, но не допуская соприкосновения.

(Окончание на 9-й стр.)

Пару раз в месяц стоит устраивать себе такой день, чтобы разбудить свои инстинкты и поощрить их. Так ты избавишь организм от токсинов, а себя от готовки и хлопот с мытьем посуды.

хотя бы полчаса позаниматься спортом или просто активно подвигаться на свежем воздухе.

Весь день придерживайся раздельного питания; за один раз ешь либо мясо, рыбу и яйца, либо фрукты и овощи.

Не считай калорий, а ешь столько, сколько захочется. Но ты понял, как есть - в сыром виде, без соли и без

ДЕНЬ СЫРОСТИ

Не употребляй приправ и пряностей, в том числе соли. Откажись от употребления шоколада, кофе, сигарет и алкоголя - все они сильно влияют на обоняние и создают ложное чувство сытости. Также исключи молоко и молочные продукты, которые являются своеобразными блокираторами твоих инстинктов.

С утра отправляйся на рынок. Походи между рядами, но сперва старайся не столько смотреть, сколько нюхать. Запахи, которые ты чувствуешь сильнее всего, свидетельствуют о том, что тебе нужны именно эти продукты. Купи то, что тебе захочется больше всего из фруктов, овощей, орехов, сухофруктов, сырого мяса или рыбы. Неважно, что это будет: клубника или бычки, бананы или груши, телятина или петрушка. Главное, чтобы у тебя появилось желание все это съесть. Только давай договоримся: если ты захотел сырого мяса, остановись на говядине. Сырая баранина невкусная, а сырая свинина опасна из-за всяких гельминтов. Если же ты решил поесть рыбы, то лучше морской, а не речной. Покупая любые животные продукты, попроси показать тебе ветеринарный сертификат.

Ешь в этот день три или четыре раза. И не смотри так задумчиво на котлету, лежащую в холодильнике, - пусть тебя успокоит мысль, что завтра ты будешь иметь полное моральное право с ней разделаться.

Перед каждой едой постарайся



специй. Как только ты будешь сыт, продукты резко потеряют для тебя свою привлекательность. Впрочем, известно, что многие атлеты, поклонники сыроедения, съедают за день по пять-шесть килограммов овощей без какого-либо ущерба для себя. Мясо и рыбу перед употреблением порежь на тонкие ломтики, а фрукты и овощи можно натереть на терке.

Если у тебя защемило язык или появилась оскомина, прекращай есть этот продукт, даже если визуально он тебя все еще прельщает.

ЭЛИКСИР СТРАСТИ (для мужчин)

50 - не 25, и даже не 45 лет. Поэтому проблемы с потенцией вполне объяснимы. Врачи-андрологи рекомендуют «эликсир страсти» (если вы хорошо переносите все его составляющие и у вас нет, к примеру, гипертонической болезни). Он тонизирует и усиливает потенцию. Смешайте по 50 мл настойки аралии маньчжурской, настойки женьшеня, экстракта родиолы розовой и элеутерококка колючего. Принимайте по 30 капель 3 раза в день после еды.

РЕЦЕПТЫ НАРОДНЫХ ЛЕКАРЕЙ

ХОДИТЕ ДОМА БОСИКОМ

Простуда - вещь коварная.

И частенько приходит просто ниоткуда. Ну кто обратит внимание на легкий ветерок из форточки или неплотно прикрытую дверь. А погода-то на улице чисто осенняя. И температура колеблется в течение дня в пределах 5-10 градусов. Из дому утром выходишь - «Ух! Холодно...». А днем выскочил на солнышко или втиснулся в наш родной общественный транспорт - «Боже! И зачем я так тепло оделся!». Пот градом катит. А ведь пот открывает двери простуде - так образно говорит народная медицина. И, естественно, дает советы, как же бороться с этой коварной болячкой.

Например, очень даже рекомендуется компресс медовый.

Нужно подогреть мед и натереть им грудь и спину. Сверху положите полиэтилен, вату, обмотайтесь марлей. К утру мед полностью впитается в кожу, и вы почувствуете улучшение. Достаточно повторить эту процедуру три раза. Взрослым через день, а детям - через два.

Кашель, астма, бронхит.

Обычный кашель, бронхит и даже астму можно лечить иначе. Расстелить махровое полотенце на постели. Другое же полотенце, сложенное вдоль, щипцами окунуть в кипяток. Слегка отжать. Затем лечь на горячее полотенце так, чтобы спина, подмышки и грудь оказались обернутыми им. На спине будут два слоя горячего полотенца, на груди - четыре. Сверху завернуться в сухое поло-

тенце и накрыться одеялом. В «горячем компрессе» надо полежать 20 минут. Затем быстро надеть теплое белье - и в постель. Эта процедура улучшает кровообращение, лечит и укрепляет сердце. Ее рекомендует делать несколько раз в неделю. А при сильной простуде - ежедневно.

Насморок.

Интересный способ борьбы с насморком предлагают целители. Нужно опустить руки в ванну с горячей водой так, чтобы локти тоже были в воде. Принимайте такую ванну 10 минут, постепенно подливая кипятка. Можно также закапывать по 1-2 капли в нос такой смеси: 10 г сока лука, 10 г сока сырого картофеля, 10 г подсолнечного масла и меда. Или же - просто положить в нос кусочек лука.

Но простуду можно и предотвратить. Для ее профилактики не только народные целители, но и медики рекомендуют ходить дома босиком хотя бы по 5-10 минут три раза в день. Полезны также утренние обтирания следующим составом: вода - 0,5 литра, морская соль - 1,5 столовой ложки, йод - 20 капель, водка - 250 г. Обтираться нужно жесткой махровой варежкой. Не ополаскиваться и сразу же одеться. А перед сном принять душ.

Усталость.

И вот хворь вы побороли, однако чувствуется усталость. Тогда воспользуйтесь таким снадобьем.

Рецепт.

Налейте в термос 0,5 литра кипятка, всыпьте туда же по столовой ложке петрушки, укропа или сельдерея. Оставьте на ночь. И понемногу пейте в течение дня. Такую витаминную терапию желательно продолжать две недели. И вы - здоровы и бодр.



Психическая саморегуляция

(Окончание.
Начало на 7-й стр.)

Упражнение 4. Держите руки на небольшом расстоянии от груди, ладонями наружу и «дышите» через них как во второй медитации в течение 2 мин. Представьте, что вы стоите рядом с горячим костром, вдохните теплый воздух и направляйте частицу огня в руки. Чувствуете, как быстро им становится горячо?

Упражнение 5. Одно из лучших для борьбы с утомлением рук. «Дышите» через них в течение 2 мин. Затем откройте глаза и смотрите на кисти рук, не отрывая взгляда. Одновременно на протяжении 2-3 мин повторяйте про себя утверждение: «Это я». Вначале в сознание будут лезть другие мысли и образы, но по мере обретения опыта вы научитесь быстро сосредоточиваться на руках.

Упражнение 6. Динамическое, применяется при утомлении и болезненности любой части тела. «Дышите» через руки, как во второй медитации. Затем присоедините к ритму дыхания движение руками к утомленной части тела. При каждом вдохе касайтесь ее руками, при выдохе - отнимайте их. Через несколько минут усталость исчезнет.

Всякое слово без дела ничтожно и пусто

ОВЕС ЛЕЧЕБНЫЙ

В народной медицине признано, что лечебным свойством обладает не только зерно овса, но и солома; препараты из зерна подходят больше для внутреннего применения, отвар соломы - для наружного.

Суп из овсяных круп - полезное диетическое блюдо, особенно для детей, больных золотухой.

При недержании мочи у детей полезно давать им настой овсяного зерна на воде.

Отвар овсяного зерна с медом - прекрасное освежающее и питательное средство для людей, ослабевших после изнурительных болезней.

Упомянутый выше диетический овсяный суп рекомендуется при туберкулезе легких как укрепляющее средство.

Кроме того, как питательное диетическое и обволакивающее средство, полезное для больных желудочно-кишечными болезнями, часто употребляют овсяный кисель.

Отвар овсяной соломы используют для ванн. При потении ног помогает крепкий отвар овсяной соломы в смеси с дубовой корой (ножная ванна в течение 15-20 минут).

РЕЦЕПТЫ:

1) для внутреннего употребления - пить как чай; одна столовая ложка овса на два стакана воды, долго кипятить;

2) отвар овса с молоком и медом: один стакан овса (или овсяной крупы) на пять стаканов воды, выварить до половины, до густоты жидкого киселя. Процедить и влить в отвар равное количество молока (около двух стаканов), прокипятить вновь. В полученную таким образом жидкость прибавить четыре чайные ложки меда (по вкусу) и еще раз прокипятить. Получившийся при этом приятный и калорийный напиток надо употреблять в неостывшем или подогретом виде в течение дня в два или три приема;

3) отвар из соломы: 200, или 300 г на ведро воды;

4) овсяный кисель. Овсяную крупу замачивают на ночь, утром сливают настой и варят его - получается кисель. Из оставшейся вымоченной крупы варят кашу.

Больница и конюшня. Ну

разве может что-то

объединить два этих

несовместимых, на первый

взгляд, понятия? С одной

сторон: стерильность,

чистота, дипломированные

специалисты-медики,

дорогие (и не очень)

лекарства, с другой

сторон - запахи конского

пота вперемешку с запахом

навоза, опилки, сено и уж,

конечно, никакой

стерильности. И все же не

торопитесь откладывать

газету в сторону,

почитайте ...

Вскочь от

Я чистил скребком кобылу по кличке Райра, когда около денника обтавилась молодая женщина с мальчишкой лет пяти-шести; гости молча смотрели на мою работу, хотя большого интереса в их взглядах не было.

Учите парня животных любить, с детства, так сказать, общаете? - поинтересовался я, чтобы не затягивать паузу.

Я бы этого не сказала, - женщина печально улыбнулась, - у сына сильный бронхит и вообще слабые легкие, вот нам и посоветовали во время чистки коней становиться около денника и просто глубоко дышать. Это старое народное средство по-могает при многих легочных заболеваниях.

Работа в медицинской газете научила меня живо интересоваться всем, что касается народной медицины, в особенности рецептами, дошедшими до наших дней из «старинной глубины». Мимо такой информации я пойти не мог.

Расскажите подробнее.

А что рассказывать? Я в этих вещах не разбираюсь. Просто хожу на конюшню уже несколько недель, сыну стало легче. Хорошо бы совсем вылечиться...

Женщина вскоре ушла, а я понял, что сказанным ею заинтересовался не на шутку, и вскоре разговор, неожиданно начавшийся в конюшне, получил свое продолжение в кабинете командира конного милийского подразделения, капитана милиции,

мастера спорта **Инны Ивановны ГОЛУБ.**

Лошадьми я заболела года в четыре. Еще год терроризировала родителей, требуя отдать меня в школу верховой езды и добилась своего, - начала разговор со мной Инна Ивановна. - Вообще же конный спорт по своему уникален. Он, как баскетбол и плавание целостным образом развивает весь организм.

Как же это происходит?

Чтобы правильно сидеть на коне, нужно научиться держаться ногами за его бока, а это значит, что работают мышцы ног, которые не задействованы больше ни в одном виде тренировок. Это мышцы бедра, их еще называют «нежными». Еще важно то, что развивая мышцу ноги, конник не получает никакой перекачки - все естественно. Итак, вы сели в



седло, начинаете движение - это все равно, что сидеть на подвижном бревне, держаться нужно всем, чем можно. Сразу в работу включаются мышцы спины, живота, рук, шеи, а когда работают все группы мышц, это хорошо стимулирует работу той же пищеварительной, кровеносной, сердечно-сосудистой систем. На протяжении 2-3 месяцев после начала занятий болят все мышцы, и эту боль необходимо пересилить, после она уйдет, кстати вместе с излишним весом. От постоянного пребывания в седле, от вибрации лишние килограммы совсем безбо-

лезненно и практически незаметно улетучиваются.

- То есть не требуется никаких изнурительных диет и дорогостоящих вибромассажеров?

- Вы правильно меня поняли.

- И никаких целлюлитов?

- Да, как раз целлюлит только конем и лечат, уж поверьте, эффективнее способа нет. Но вообще я бы хотела сказать вот что — любое животное, если вы его любите, дает психологическую разгрузку, а такой панацеи никакой врач не пропишет и в аптеках не купишь.

- Как насчет заболеваний позвоночника?



стеклянную посудину. Как только пена превратится в жидкость — лекарство готово, им можно смазывать язвы.

- Вам приходилось слышать о полезности конского навоза?

- Да, конечно. Приходилось даже видеть, как году в 1986 женщины

БОЛЯЧЕК

- Есть такое понятие «ипотермия». Это комплекс лечебной физкультуры. Упражнения выполняются с помощью лошадей. Очень хорошо для детей, особенно для тех, кого называют «компьютерными» — хиленьких, слабо развитых физически. Для таких ипотермия просто незаменима: и времени отбирает немного, и развивает мышцы. И заряжает положительными эмоциями.

- А как с бронхитами, с коного, собственно, начался разговор?

- С бронхиальными болезнями спортсменов-конников нет. Но около чистого коня дышать не стоит — бесполезно. Дело в том, что в конской моче скапливается аммиак, который, если не излечивает легочников полностью, то как средство профилактики в народной медицине известен давно. Проще говоря, аммиак прекрасно прочищает легкие. Любым астмой, к примеру, я бы порекомендовала утром придти в еще не проветренную и не почищенную конюшню и дышать, дышать...

- Может вы сможете подсказать нашим читателям еще какие-нибудь рецепты народной медицины?

- Мне известно, что заболевания кожи типа экземы, язва успешно лечат конской пеной. Для этого лошадке дают хорошо выстояться, затем дают поработать. Как появляется конский пот, его аккуратно счищают с кожи животного и собирают в

Анекдот

о лошадях

Голодный волк рыщет по степи. Вдруг откуда ни возьмись лошадь. Волк к ней:

— Лошадь, я тебя съем!

— Никак нельзя, — отвечает та.

— Это почему? — спрашивает волк.

— А я колхозная!

— А мне какая разница?

— Понимаешь, — говорит лошадь, — съешь, к примеру, ты лошадь у частного. Он один. Поищет тебя, поищет, да и надоест ему. А тут в колхозе три сотни колхозников. Все-то они тебя в два счета найдут.

— Резонно, — подумав, говорит волк. — А чем докажешь, что ты колхозная?

— А у меня на копыте тавро стоит, посмотри! Волк сунулсь посмотреть, лошадь его и «припечатала» тавром.

Врубается волк — лошади, естественно, нет, голова гудит, лежит и думает: «И на хрена я туда полез, я ведь все равно неграмотный».

«ПОЧЕМУ ПОСЛЕ СНА ЧЕЛОВЕК НАЧИНАЕТ ПОТЯГИВАТЬСЯ?»

Вероятно, срабатывает инстинкт: для того, чтобы лучше включиться в активную дневную работу, нужно «стряхнуть» с себя сонливость и вялость. Замечали вы, как энергично и долго потягиваются, прогибают спину собаки, кошки? Это ли не совет, который дает сама природа: делайте по утрам зарядку!

Беседовал Валерий ВЕСЕЛОВ

На фото: мастер спорта, капитан милиции Инна ГОЛУБ с конем по кличке «Знатный»

Какой инструмент больше всего подходит для того, чтобы понять душу человека, его интеллект, его личность? Душу лучше всего можно понять душой, интеллект - интеллектом, а личность - личностью.

информация скрыта в вашем подсознании. Ваше подосознание в данной ситуации следует житейской мудрости: «Меньше знаешь - крепче спишь». Но если вы набрались мужества и хотите добраться до содержимого этого «спецхрана», то на этот счет есть определенные приемы. Вот некоторые из них.

моей мечты»; «Я прекрасно вожу машину»; «Для начальника я - главная опора»; «Секретарша мне совершенно безразлична»; «Мне приходится задерживаться на работе»; «Это было самое лучшее сексуальное ощущение в моей жизни»; «Я позвоню тебе»; «Я не женат».

ПРИСЛУШАЙТЕСЬ К СЕБЕ

➤ Когда вы общаетесь с человеком, проанализируйте свои ощущения: кем вы себя чувствуете рядом с ним. Его роль будет «дополнительной» к вашей. Если вы чувствуете себя обманутым - перед вами обманщик. Если вы чувствуете себя подчиненным - перед вами лидер.

➤ Если вы постоянно чувствуете вину перед человеком, часто не имея на то конкретных причин - насторожитесь. Вина - оружие манипуляторов. Весьма вероятно, что этот человек манипулирует вами, заставляя вас действовать в его интересах, либо он просто поднимает за ваш счет свою самооценку, добивается признания. Таких людей иногда называют «энергетическими вампирами», долгое общение с ними опустошает и изматывает. Если ваши опасения подтвердились - постарайтесь избежать этого человека, либо просто занять в отношении него более жесткую позицию.

➤ Последнее время все чаще приходится сталкиваться с новой категорией людей, которые могут быть обаятельны и вызывать уважение, но которые излучают некоторую неясную тревогу. Сам по себе человек может быть вам симпатичен, но вы чувствуете, что он является источником опасности. Часто - это люди, так или иначе коснувшиеся криминального мира, и в той или иной мере принявшие его законы. Для них цена человеческой жизни иная, нежели для нас. Будьте осторожны!

Вот так можно спрашивать совета у собственных ощущений. Конечно, безоговорочно доверять им не стоит, но пренебрегать глупо.

➤ Для того, чтобы понять человека, сидящего напротив вас, надо прислушаться к самому себе. Даже пообщавшись с человеком десять минут, вы уже знаете о нем больше, чем может дать самое детальное психологическое обследование. Проблема лишь в том, что эта

Как отличить умного человека от глупца?

Конечно, в те или иные моменты лгут все - и умный, и дурак. Как говорится, жизнь заставляет. Но известная в Германии исследовательница, доктор Иригард Крюгер, много лет изучавшая психологию лжи, уверяет, что умные лгут гораздо чаще. Однако вовсе не для того, чтобы водить кого-то за нос. Умный лжец - это творческая личность, проецирующая в действительность свои мечты. А это уже не грубая ложь, а романтическое фантазирование. Причем, женщины говорят неправду совсем иначе, чем мужчины.

Для женщин главное в жизни - душевная гармония, не принужденная атмосфера и безоблачные партнерские отношения. Вот и лгут, потому, чтобы все это не оказалось под вопросом. Что угодно придумают, чтобы только сохранить свой мирок. Иригард Крюгер приводит наиболее типичные образцы дамской лжи: «Мой вес в норме»; «Мне нехватит денег на продукты, потому что все подорожало»; «Я не смогла к тебе дозвониться, потому что испортился телефон»; «Я не ревную тебя к сотрудницам»; «Начальник слишком требователен ко мне»; «Теперь я курю (плюю, ем сладости) меньше, чем прежде».

Мужчины лгут совершенно иначе. Они практичны, просто так лгать не будут, а употребляют ложь для достижения намеченной цели. Говоря неправду, они пытаются возвысить собственное «Я», чтобы решить те или иные проблемы. Для мужчин характерно: «Конечно же, я отлично знаю, как много ты делаешь по дому»; «Ты - женщина

КАК ЖЕ УЗНАТЬ, ЛЖЕТ ЧЕЛОВЕК ИЛИ ГОВОРИТ ПРАВДУ?

По мнению доктора Крюгер, лжеца легко определить по неконтролируемому реагированию и неспособности сосредоточиться. Этими методами пользуются, кстати, полицейские, когда вновь и вновь спрашивают о подробностях. Если человеку приходится раз за разом повторять одну и ту же ложь, у него меняется выражение лица, он краснеет и бледнеет. И этим выдает себя. Но это еще не все. У того, кто лжет, учащается дыхание, меняется осанка, он нередко оглядывается назад, будто боится, что за спиной стоит кто-то, кто выведет его на чистую воду. Зрачки у него сужаются, а глаза бегают по сторонам, и моргает он не ритмично, а нервно. Нередко подолгу задерживает взгляд на собеседнике, «честно» глядя в его глаза. Словом, для специалиста определить лжеца нетрудно.

Конечно, чем человек умнее, тем он и лжет интереснее, правдоподобнее. А самые умные люди - толстяки. К такому парадоксальному выводу в результате многолетних исследований пришли ученые из Института питания германского рода Дюссельдорфа. По их данным, люди, у которых избыточный вес превышает норму на 30-32 процента, имеют коэффициент интеллекта на 28 процентов выше, чем у людей с нормальным весом. Как признался Густав Клайнхоффер, руководитель группы исследователей, такие результаты оказались для них совершенно неожиданными. Но факты - упрямая вещь.

По материалам прессы

«ПЛОХАЯ ЭКОЛОГИЯ» ВНУТРИ НАС

У тех, кто проживает в экологически неблагоприятных районах и употребляет некачественные продукты питания, организм «засоряется». В тканях

человека могут накапливаться радон, двуокись азота, ртуть, свинец, пестициды, нитраты и другие токсичные вещества.

Такое состояние хронического экологического отравления специалисты называют эндоэкологической болезнью (приставка «эндо» означает «внутри организма»). Поначалу недуг может заявлять о себе лишь недомоганием: человек быстро устает, постоянно чувствует себя вялым, разбитым. Со временем происходят серьезные сбои в обменных процессах, развивается иммунодефицит, а это богатый фон для атеросклероза, стенокардии, пневмонии, тромбоза, флебитов и даже рака. Особое коварство экологического отравления заключается в том, что содержание одного токсического вещества в крови пострадавших незначительно превышает допустимые нормы. Однако собранные в «буллет», они обладают свойством усиливаться друг друга и оказывают пагубное влияние на организм.

Противостоять воздействию агрессивной окружающей среды можно разными способами. Например, почаще выезжать на природу, отказываться от синтетической одежды, покупать экологически чистую мебель. И конечно, не есть что попало.

Некоторые недобросовестные производители для изготовления своей продукции используют абсолютно негодное сырье, - говорит заместитель директора Института экологии и токсикологии им. Л. Медведя Анатолий Подрушник. Например, в фарш для сосисок идут сухожилия, скелет птицы, другие

отходы основного производства, А чтобы сделать их более привлекательными, туда добавляют импортные пищевые добавки, красители, ароматизаторы. Понятно, что такие продукты только вредят здоровью людей.

Могут представлять опасность желейные конфеты. Были случаи, когда их изготавливали просто в подвалах. Такая нелегальная продукция содержит запрещенные красители, в том числе анилиновые.

Также тревожит качество безалкогольных напитков. Известно немало случаев, когда люди покупают растворимые порошки, а после их употребления попадают в больницу с острыми отравлениями. Еще более опасными могут оказаться ликеро-водочные изделия на основе плохо очищенных спиртов.

К сожалению, такой продукции торгуют не только в неустановленных местах, но, порой, она появляется и в торговую сеть. Поэтому следует проявлять благоразумие и требовать у продавца документ, который подтверждает качество продукта. Это сертификат соответствия, выданный Госстандартом, или гигиеническое заключение Министерства здравоохранения.

К сожалению, даже проявляя максимум осторожности, невозможно полностью защититься от неблагоприятного воздействия окружающей среды. Ведь нам ежедневно приходится дышать воздухом загрязненных улиц, употреблять не самую лучшую воду.

Разрабатывая методы борьбы с эндоотравлением, специалисты пришли к выводу, что с помощью фитотерапии можно отчасти избавиться от накопившихся токсинов. Некоторые травы обладают замечательными свойствами усиливать потоки жидкости в организме и вымывать экологические яды.

ОТЛИЧНЫЕ РЕЦЕПТЫ

Отвары и настои из овса обладают свойством энтеросорбента. Они удаляют токсичные вещества, не раздражая при этом кишечник. Готовят настой так: стакан овса заливают кипяченой водой комнатной температуры (из расчета 1:2) и оставляют на 12-16 часов. Затем процеживают через марлю. Взрослым следует принимать такой «кисель» по полстакана 2-3 раза в день, детям - по столовой ложке тоже 2-3 раза в день.

Настой из листьев черной смородины также способствует выведению токсинов. Особенно активно настоем очищает печень, миокард, стенки артериальных сосудов и лимфатические узлы. Можно использовать молодые листья и высушенные. Перед приготовлением сырье промывают и измельчают. 25-30 г листьев заливают 0,5 л кипящей воды. Накрыв теплым платком или полотенцем, настаивают и остывшим процеживают. Принимают по полстакана три раза в день.

Настой из молодых листьев мать-и-мачехи ускоряет выведение из почек вредных веществ. Две столовые ложки измельченных листьев заливают стаканом кипятка. Настаивают 40-60 минут, процеживают и принимают по столовой ложке через каждые 1,5-2 часа в течение двух недель.

При лечении эндоэкологической болезнью прибегают также и к физиопроцедурам: минеральной воде, специальным сорбентам, которые выводят токсины из крови и лимфы, применяют иммуномодуляторы - вещества, усиливающие защитные свойства организма, препараты, улучшающие обмен веществ, комплекс витаминов и минеральных веществ.

По утру хорошо выпить стакан прохладной кипяченой воды с соком лимона. Такой напиток не только поможет «завести» пищеварение, но и разжижает кровь, и выводит токсины.

По материалам прессы

Человек есть то, что он ест

СЕЗОННЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

ЕСЛИ НОЧЬЮ ПЛОХО ОТ ЖАРЫ И ДУХОТЫ

Уже не первую неделю страдаем от палящего солнца. И если в выходные, выбираясь на речку, дачу или просто в тенистый лес, мы еще как-то дышим, то в будни даже 20-минутный проезд по городу полностью выбивает из сил. Добираемся до квартиры - и под холодный душ. Но имейте в виду, что душ не должен быть ледяным. Ведь холодная вода стимулирует кровообращение, и тело разогреется еще сильнее за какие-нибудь пять минут. Так что вода должна быть не холоднее 20-22 градусов.

В жару лучше всего употреблять в пищу салаты (овощные и фруктовые) и рыбу. А вот острые, горячие блюда, алкоголь и кофе усиливают потоотделение.

Но вот день прошел. А ночная прохлада так и не наступила. Термометр показывает +20.

В наших, в большинстве своем бетонных, «коробках» ночью так же душно, как днем. В этом случае тоже можно себе помочь. За два часа до сна положите вашу простынь или покрывало, которыми вы укрываетесь ночью, в полиэтиленовый пакет и ... в холодильник.

После этого вы почувствуете себя в постели намного лучше.

Еще один интересный способ. Хлопчатобумажные носки смочите в холодной, подкисленной уксусом воде (три столовые ложки уксуса на пол-литра воды). Выжмите и наденьте за час до сна. Но потом снимите! Если вам трудно дышать, положите рядом кусочек ваты, смоченной в ментоловом масле.

На Востоке применяют и своеобразный точечный массаж: помассируйте кончики пальцев рук.

Большинство из нас ждет лета с нетерпением, и, как только первые лучи щедрого солнца обласкают землю, любители-солнцепоклонники спешат раздеться. Позагорать на солнечной полянке или на берегу моря любят, наверное, все, не всем только на пользу солнышко.

Солнце – друг или враг?

Известна большая группа болезней кожи, при которых у человека отмечается повышенная чувствительность к лучам ультрафиолетового спектра. Такие патологические состояния получили общее название «фотодерматозы».

Многие пациенты не могут четко связать высыпания с влиянием солнечного света: симптомы появляются несколько позже, как бы запаздывают.

Поэтому врача настораживает расположение сыпи на тех участках кожи, которые открыты для солнца: лицо, шея, руках, области груди. Фотодерматозы могут протекать остро (при воздействии инсоляции в течение нескольких минут или часов) или хронически. Хронические развиваются менее остро, но протекают упорно, длительно. **Классический пример фоточувствительного дерматоза - хроническая красная волчанка, которой чаще страдают женщины в возрасте 20-40 лет.**

Болезнь провоцируется солнечными лучами и доставляет женщинам огромные огорчения. Яркий симптом заболевания — так называемая «бабочка», то есть расположение очагов поражения на коже щек по обеим сторонам носа.

Некоторые люди страдают такими фотодерматозами, как солнечная крапивница, солнечная почесуха, световая оспа. При разных клинических проявлениях объединяет их та же повышенная фоточувствительность - рецидивы кожных высыпаний в солнечную погоду.

Довольно часто у людей после 40-50 лет, особенно страдающих патологией желудочно-кишечного тракта, возникает розацеа, или розовые угри. Повышенная чувствительность к солнцу - одна из причин болезни.

Необычные и неожиданные реакции на солнце могут возникать и у людей, которые раньше не страдали кожными недугами. Такое бывает, если пациент принимает медикаменты, обладающие способностью повышать чувствительность организма к ультрафиолету, и, не зная о

таком свойстве препарата, много времени проводит на солнце.

ЧЕМ НЕЛЬЗЯ ЛЕЧИТЬСЯ ЛЕТОМ

Спектр лекарств достаточно широк, и они довольно часто употребляются. Вне всякого сомнения, их следует перечислить: антибиотики тетрациклинового ряда, фторхинолоны (таривид, ципробай, абактал), гризеофульвин, фуросемид, гипотиазид, пироксикам, на-проксен, амиодарон, аминазин и другие фенотиазины, сульфаниламиды. Список препаратов, способных вызывать фотодерматиты, постоянно расширяется. И врачам, и пациентам нужно об этом помнить.

Фотоаллергические реакции возможны также при наружном применении лекарств, например, с содержанием дегтя. Кроме того, фотодерматиты могут вызывать растения, содержащие фурукумарин: смородина (инжир), сельдерей, пастернак, луговые травы, фенхель, шиповник, клевер, лимон и другие цитрусовые.

ВАМ, СОЛНЦЕ- ПОКЛОННИКИ!

После всего сказанного читатели могут спросить: существуют ли вообще полезные эффекты облучения солнечным светом? Ведь уже практически доказано, что избыток солнечных лучей играет



ПОМОГИ СЕБЕ САМ

огромную роль в процессах старения кожи, а также в развитии рака и предраковых заболеваний кожных покровов.

Да, солнце, без сомнения, полезно, но в разумных дозах. Помимо использования в лечении экземы, псориаза, нейродермита, солнечный свет необходим для насыщения кожи витамином D. Периодическое воздействие лучей видимой части солнечного спектра улучшает, как полагают, даже общий психологический настрой, что важно при лечении любой патологии. Поэтому хотелось бы дать несколько советов, которые помогут без последствий наслаждаться солнечной погодой.

1. ПОМНИТЕ: вред, наносимый солнцем, накапливается. Каждая доза ультрафиолетового облучения, большая или маленькая, приплюсовывается к уже полученным и ведет к появлению на коже морщин, нарушению пигментации и повышению вероятности рака кожи.

2. РИСК солнечного ожога выше, если ультрафиолетовые лучи отражаются от цемента, песка или воды, что усиливает облучение, а также в горах. В яркий день всегда защищайте глаза темными очками, а лицо - специальными фотозащитными кремами.

3. ЛЮДИ с повышенным риском заболевания раком кожи (светлокожие, светловолосые, рыжеволосые, работающие длительно на открытом воздухе, пациенты с повышенной фоточувствительностью) должны пользоваться солнцезащитными средствами (кремами, лосьонами, гелями) **ЕЖЕДНЕВНО**.

4. ЗАЩИЩАЙТЕ детей от солнца, научите их этому с раннего возраста. В настоящее время выпускается широкая гамма солнцезащитных средств, разработанная специально для детей. Однако использовать их можно с 9-месячного возраста, не раньше. Любому ребенку должен быть защищен от прямых солнечных лучей головным убором, рубашечкой с длинными рукавами, длинными штанишками.

5. СРЕДСТВА для «загара без солнца» являются фактически красителями для кожи и безопасны, могут использоваться для маскировки «проблемных» участков кожи или с чисто эстетической целью. Следует только помнить, что такие средства не защищают от солнечных ожогов.

Врач-терапевт высшей категории **А. СТЕПАНЧЕНКО**

У вас ячмень на глазу?

С раннего детства я мучаюсь тем, что косени у меня на глазах вылезают ячмени. Мне говорили, что лечить их бесполезно - сами проходят, но неприятно «носить» эти украшения и перед ребятами неудобно. Подскажите, что делать.

Ольга Ш.

г. Моспино

Уважаемая Ольга, самое главное - не прерывать вызревание ячменя, одним словом, не выдавливать.

♦ Лечат ячмень на глазу сухим теплом, медики приписывают УВЧ-терапию. Рекомендуют закладывать за веко мазь, которая содержит сульфаниламиды и антибиотики. Но делать все это нужно, придерживаясь гигиенических норм. Микробы, провоцирующие ячмень, могут переходить от больного к здоровому человеку.

♦ Мед применяют и для орошения глаза, и в качестве мази, закладывая мед за веко больного глаза стеклянной палочкой.

♦ Мед эффективно действует на глаза в соединении с различными витаминами. Их чередуют: десять дней применяют мед, десять дней - витамины.

♦ Чтобы при выделении гноя ячмень не послужил при-

чиной флегмоны глазницы, нельзя, в этот период особенно, прикасаться к нему руками.

♦ Мед используют в качестве основы для приготовлений различных мазей. Мед обладает огромными целительными свойствами.

♦ Мед утоляет боль при применении иных глазных мазей.

♦ Для промывания глаз используют прополис. Для приготовления этого лекарства необходимо взять 1 - 2 г очищенного, измельченного прополиса, прогреть его (не забывая при этом тщательно встряхивать). Растворите его в 100 г дистиллированной воды, затем отфильтруйте через марлю.

♦ Применяйте препараты меда и прополиса, только если уверены, что у вас нет на них аллергии.

От бессонницы

«Часто... подолгу не могу заснуть, что делать?»

Игорь М.

г. Донецк

- Перед сном помассируйте корни волос.
- Попейте теплое молоко с медом.
- Представьте, что вы идете по полю, касаясь руками цветов. Вот так, пока идете, вы и уснете.

Злато искушается огнем, а человек - напастями

Что мы знаем о... СПИД-фобии

Я панически боюсь заразиться СПИДом. Всякий раз, когда ложусь в постель с кем-нибудь, думаю только о том, что могу подцепить ВИЧ-инфекцию, а после полового акта буквально схожу с ума, отыскивая у себя все новые и новые симптомы болезни. Сдаю кровь на антитела по несколько раз, получаю отрицательные анализы и все равно не нахожу себе места. В последнее время совсем отказалась от половых контактов, но даже это не помогает избавиться от страха. Рассудком понимаю, что мои опасения беспочвенны, однако поделать с собой ничего не могу. Подскажите, как быть, иначе я спячу окончательно.

Елена С, г. Снежное

Симптомы, которые вы описали в своем письме, типичны для СПИД-фобии — навязчивой идеи оказаться зараженной, одной из разновидностей невроза. Это достаточно распространенное в последнее время явление,

принявшее характер массового психологического феномена, связанное с нагнетанием истерии по поводу СПИДа в средствах массовой информации.

Конечно, недооценивать опас-

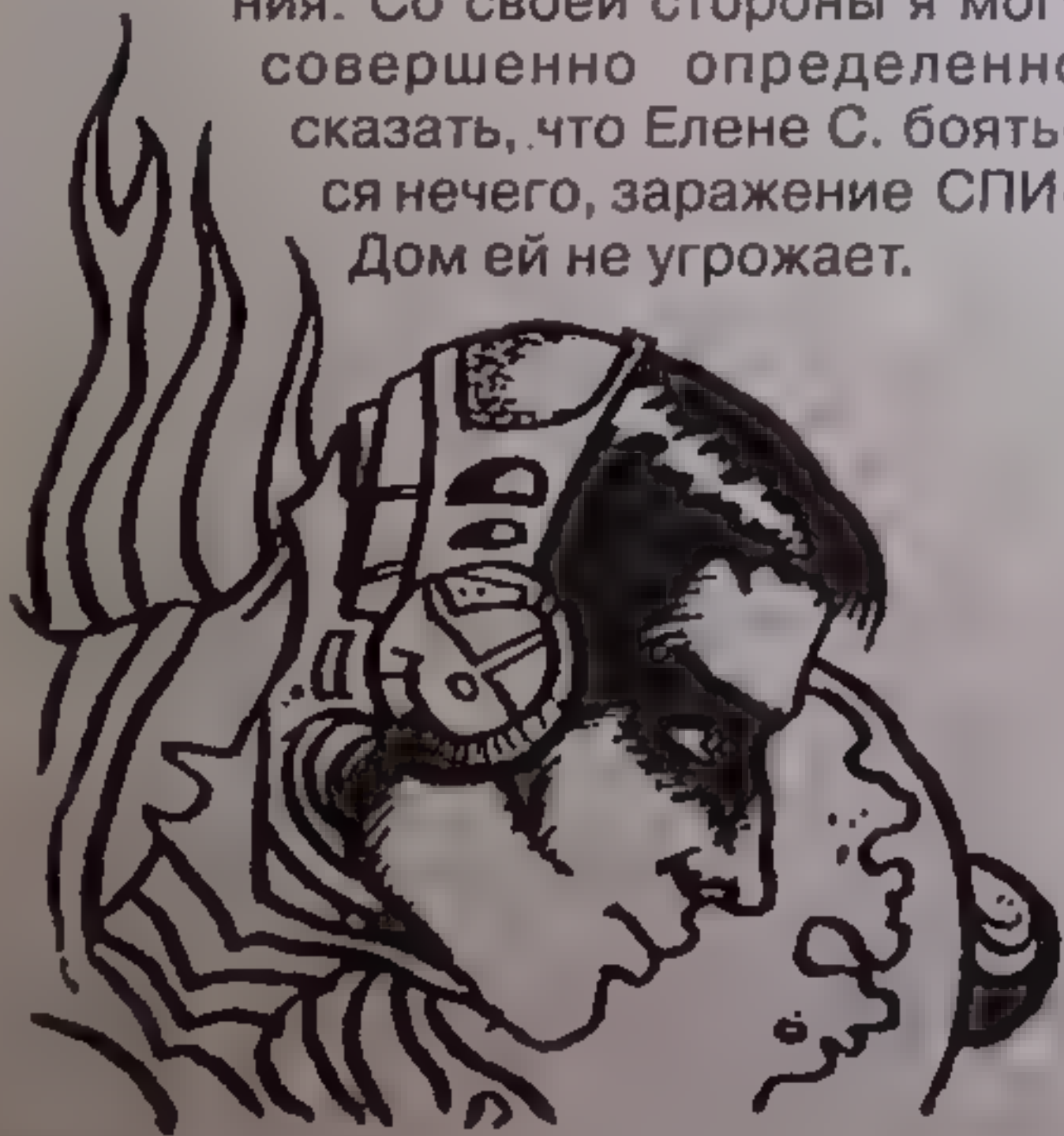
ность болезни нельзя ни в коем случае, но у лиц с неустойчивой психикой развернутая в прессе и на телевидении кампания антиСПИДа способна спровоцировать тяжелые расстройства. Предрасполагают к появлению СПИД-фобии затяжные депрессии, ипохондрия, неврастения, а также чувство вины за свое сексуальное поведение. Человек, страдающий СПИД-фобией, способен довести себя до такого состояния, что у него появляется реальное ощущение симптомов заболевания «чумой XX века». На вашем месте, Елена, я бы не откладывал визит к психиатру, так как очевидно, что вы не настолько сильная личность, чтобы справиться со своими страхами в одиночку, а это может отрицательно сказаться (если уже не сказалось) не только на вашей личной, но и социальной жизни.

СПИД ИЗВЕСТНЫЙ И НЕЗНАКОМЫЙ

Письмо Елены С. подтолкнуло меня к мысли провести интервью с постоянным гостем рубрики «клуб феноменов» Владимиром Соломиным дабы с его помощью взглянуть на проблему «чумы 20 века» нетрадиционным взглядом.

- Владимир Анатольевич, хотелось бы знать в первую очередь, а действительно ли так уж страшен СПИД, не уподобляемся ли мы тем, боящимся черта, которого страшны «малюют»?

- СПИД страшен несомненно, однако вдвойне страшен он тем, у кого ослабленное энергетическое состояние. У женщины, написавшей вам письмо энергетика крайне слаба. Ее нельзя назвать безнадежно больной в плане психики, просто сложился определенный комплекс боязни заболевания. Со своей стороны я могу совершенно определенно сказать, что Елене С. бояться нечего, заражение СПИДом ей не угрожает.



- Следовательно, мы можем и должны успокоить наших читателей, подверженных СПИД-фобии, объяснив им, что борьба с этим заболеванием не прекращается, поиск лекарств ведется. Или не ведется?

- Конечно панацею ищут, хотя темпы борьбы с болезнью несколько снизились после распада СССР. На Украине работа идет совсем плохо. Это вызвано в первую очередь экономическими причинами. Проще говоря: нет денег. Если за рубежом понимают, что на здоровье экономить нельзя, то наши соотечественники чаще полагаются на традиционный русский «авось».

- Вам как ясновидящему возможно не составит труда, заглянув в будущее сказать, победит ли человечество эту страшную болезнь, или победа останется за СПИДом?

- Я не могу ответить ни положительно ни отрицательно. Человечество не найдет панацеи от смертельного недуга, СПИД будет развиваться и дальше. Плюс ко всему на головы людей обрушатся еще более страшные болезни на фоне которых СПИД не будет выглядеть столь уж трагично.

- Сейчас много пишут о некоем хламидиозе, который идет по планете семимильными шагами. Может ли он стать альтернативой СПИДу?

- Пожалуй, нет. Это слишком распространенное заболевание, и медики уже накопили определенный опыт

в его лечении. Приравнивать хламидиоз к СПИДу не стоит.

- Можно ли сейчас говорить о том, что СПИД прогрессирует. В глобальном так сказать, состоянии?

- Нет. Явного прогресса нет. Количество больных не увеличивается, но у большей части населения планеты ослаблена иммунная система, что само по себе является почвой для развития болезней типа СПИДа.

- Выходит, мы все где-то в группе риска?

- Не все, но очень многие, примерно четвертая часть.

- Если я правильно вас понял, то лекарств от СПИДа нет и не будет в ближайшем обозримом будущем?

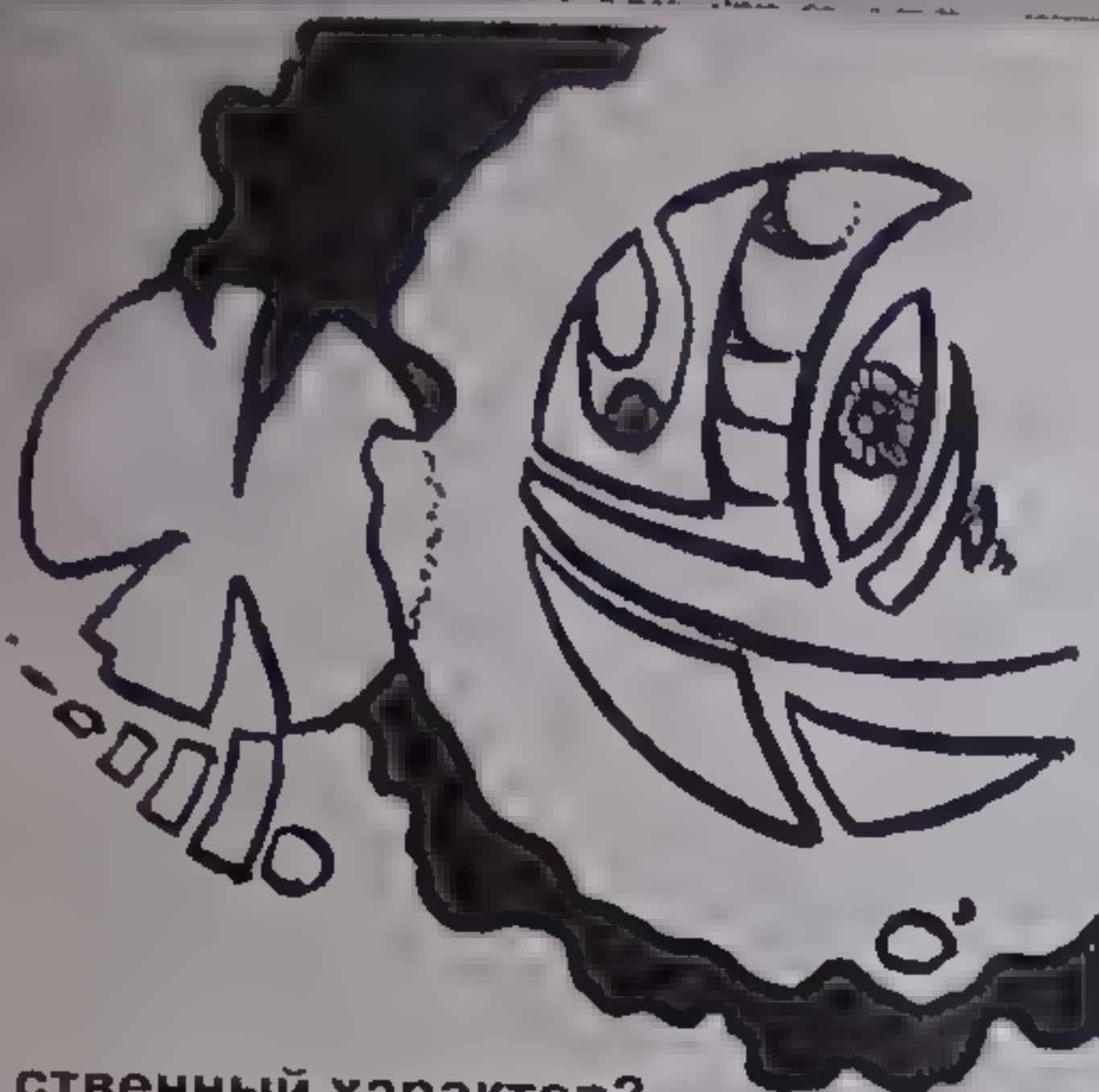
- Я не это имел в виду. Мне доподлинно известно, что в тропиках есть дерево, сок которого крайне ядовит, но именно вытяжка из него может быть использована для получения вакцины от СПИДа.

- Читатели иногда в письмах интересуются, где вообще зародилась эта болезнь? Где искать корни хвори? Может такая информация поможет в дальнейшем при лечении заболевания?

- В первую очередь возникновение болезни, мне представляется связанным с морскими глубинами, но не малую роль в становлении СПИДа и развитии его сыграли разработки каких-то вооружений.

- То есть СПИД в определенном смысле этого слова имеет и искус-

КЛУБ ФЕНОМЕНОВ



ственный характер?

- Да, это, пожалуй так.

- Если лекарство от СПИДа будет найдено, что это будет? Лекарство растительного плана, медикаментозного, синтезированного?

- Синтезированного. Но лекарство это будет малоэффективным. Коэффициент его полезного действия будет равняться 25-30 процентам.

- На сегодняшний день мне известны добрый десяток экстрасенсов которые совершенно безапелляционно заявляют, что могут излечивать СПИД, и, якобы, уже имеются исцеленные. Каково ваше мнение, возможно ли подобное?

- Однозначно могу сказать, что исцеленных на сегодняшний день нет. Но в принципе, с помощью экстрасенсов излечивать СПИД можно.

- Лет десять назад в прессе был поднят большой шум по поводу того, что средство для лечения СПИДа найдено. Для излечения кровь больного нужно разогреть до 50 градусов, и вирус погибнет. Так ли это?

- Нет, это утверждение абсолютно беспочвенное. При повышении температуры крови, находящиеся в ней защитные тела просто потеряют свои свойства.

- Владимир Анатольевич, каков же общий итог сегодняшней беседы мы можем подвести? Если вы помните, мы начали разговор с письма читательницы, страдающей СПИД-фобией?

- Повторюсь, в нашем конкретном случае СПИД женщине не угрожает, ей заболеть не суждено. А для остальных скажу так: «Чем больше человек боится заболеть, тем выше возможность истинного заболевания». Что касается профилактики болезни, то о ней написано столько, что повторяться просто излишне. Скажу только, что как это ни парадоксально, но, если двое больных СПИДом вступают в половой контакт, о у обоих иногда есть реальная возможность излечиться.

Беседовал Валерий ВЕСЕЛОВ

№	Да	Нет	Иное
1447 Надежда		X	но встреча будет
2680 Надежда	X		
2978 Владимир	X		но не скоро, старайтесь
1923 Валера		X	
1934 Виктор		X	
6666 Елена	X		
2332 Светлана	X		
7777 Елена		X	
1233 Светлана		X	
2213 Ирина			к целителям, Москва, Шверника
3763 Валентина	X		
1205 Лидия	X		
1047 Надежда			бухгалтера
1251 Зинаида		X	
Довженко Р. Ф.		X	
7245 Владимир		X	
1951 Наташа	X		
4789 Люба	X		но не очень
1977 Наталья		X	
1945 Мария		X	
1961 Сергей		X	метод Шичко поможет
8619 Людмила			врядли без посторонней помощи
8657 Людмила		X	
1980 Виталий	X		
1847 Надежда	X		
5423 Людмила		X	
1936 Андрей		X	
1547 Надежда	X		
2159 Александр		X	
9999 Ольга	X		
1926 Татьяна		X	
2910 Лидия		X	
1029 Лидия		X	
3425 Анна		X	случайность
1937 Тамара		X	кто знал?
5052 Люба	X		читайте в каждом номере
5052 Люба		X	торговлей
1456 Анжелика	X		
1458 Павел			конкретно профессию? (Карелия)
1456 Анжелика	X		но не скоро
1455 Евгения			проверить у врача - психиатра
1457 Зинаида	X		сделать все анализы узи
5235 Евгений	X		

От редакции:

Задавайте вопросы В. А. Соломину.

Учитывая то, что журнальная площадь невелика, а вопросы, интересующие читателей, самые разнообразные, предлагаем заполнить нижеприведенный талон и отправить в адрес редакции. Задавать вопросы такие, ответы на которые можно дать только «да» или «нет». Ответы будут публиковаться через газету и только подписчикам «СД» на 6 месяцев на 2002 год. (В конверт вложить две марки).

Если вы хотите еще что-то узнать более подробно, то эти услуги платные. Вы либо приезжаете к В. А. Соломину в г. Донецк по адресу: ул. Куйбышева, 96, либо делаете денежный перевод на сумму 50 гривен или 250 рублей. Бесплатные и платные письма и переводы направлять по адресам (вместе с копией о подписке) в Украине: 83087, г. Донецк, а/я 2314, Колесник Ксения Станиславовна. В России: 111141, г. Москва, а/я 473, Краснобельмова Нина Борисовна. На письмах указывать код «Ф». Заключаются также договора с предпринимателями, фирмами на финансовое обслуживание. В. А. Соломин поможет провести успешно любую сделку либо предупредить неудачу.

Тел.: (0622) 53-90-14.

ВОПРОС В. СОЛОМИНУ (не более 20 слов) №7	
ВАШ №	<input type="text"/>
(4 произвольные цифры)	<input type="text"/>
ИМЯ	<input type="text"/>
ДЕНЬ, МЕСЯЦ, ГОД РОЖДЕНИЯ	<input type="text"/>
ОТВЕТ	<input type="checkbox"/> ДА <input type="checkbox"/> НЕТ

Ничто так не противоречит рассудку и порядку, как случайность

КОНСУЛЬТАЦИИ СПЕЦИАЛИСТА

«Уважаемая редакция! Хотя меня лично в моих сексуальных затруднениях устраивают рекомендации доктора Шарафанова из недавно изданной его книги «Второе сердце мужчины», хотелось бы все-таки больше узнать о препарате виагра. Что это такое - искусственный стимулятор или нечто другое? А то одни пишут о Нобелевской премии, которую ученые получили за эти таблетки, а другие утверждают, что в Америке уже 100 человек отправились от этого удовольствия на тот свет. Может нам не следует торопиться вслед за ними, своих поводов хватает?»

г. Сумы.

В. Жердеев, пенсионер,

приток крови к больному сердцу, а гонит ее совсем в другом направлении, а именно — в пещеристую ткань полового органа, и этот дополнительный приток крови вызывает стойкую эрекцию.

Тому из читателей, кто хочет поглубже вникнуть в работу механизма повышения мужской потенции, придется самостоятельно поработать специальную литературу. Мы не будем посвящать этой теории много времени и газетной площади. Скажем лишь, что в основе этого механизма — заполнение кровью так называемого пещеристого тела пе-

ВИАГРА: КТО БЫЛ НИЧЕМ, ТОТ ВСТАНЕТ ВСЕМ

ТАК ТОТ ЛИ ЭТО «ПОДЪЕМНЫЙ КРАН»?

Голубая таблетка весом 25, 50 и 100 миллиграммов, появившаяся на аптечном рынке США в апреле прошлого года, произвела фурор в фармацевтике и абсолютно непредсказуемую реакцию населения. В апреле федеральное управление США по лекарствам и продуктам одобрило этот препарат к продаже, а в октября трое американских фармакологов — Роберт Фарчготт, Ферид Мьюред и Луис Ингарро — были удостоены Нобелевской премии. В первую неделю врачи выписали 40 тысяч рецептов, во вторую у них стали отваливаться руки — выписали столько же, но в один день. Уролог из Атланты Джон Стиплинг, дабы не тратить время и физические усилия, заказал себе штамп со словом из шести букв. Разумеется, моментально возник и черный рынок, где таблетки можно было приобрести без всякого рецепта, но в пять раз дороже. И не только в США, но и в Европе, в Латинской Америке, и даже в Африке. Акции акционерного общества «Пфайзер» — разработчика и производителя виагры — за день подскочили на 8 долларов (рекорд), и это может быть не пределом, ведь в США насчитывается около 30 миллионов мужчин, страдающих импотенцией.

Одновременно с появлением таблеток на прилавках книжных магазинов появилась и книга Сусанны Ваухэн, своеобразный путеводитель для тех кто страдает эректильной дисфункцией. Автор — практикующий психиатр и психоаналитик, хорошо знакома с этой проблемой. Поскольку наш читатель подобного путево-

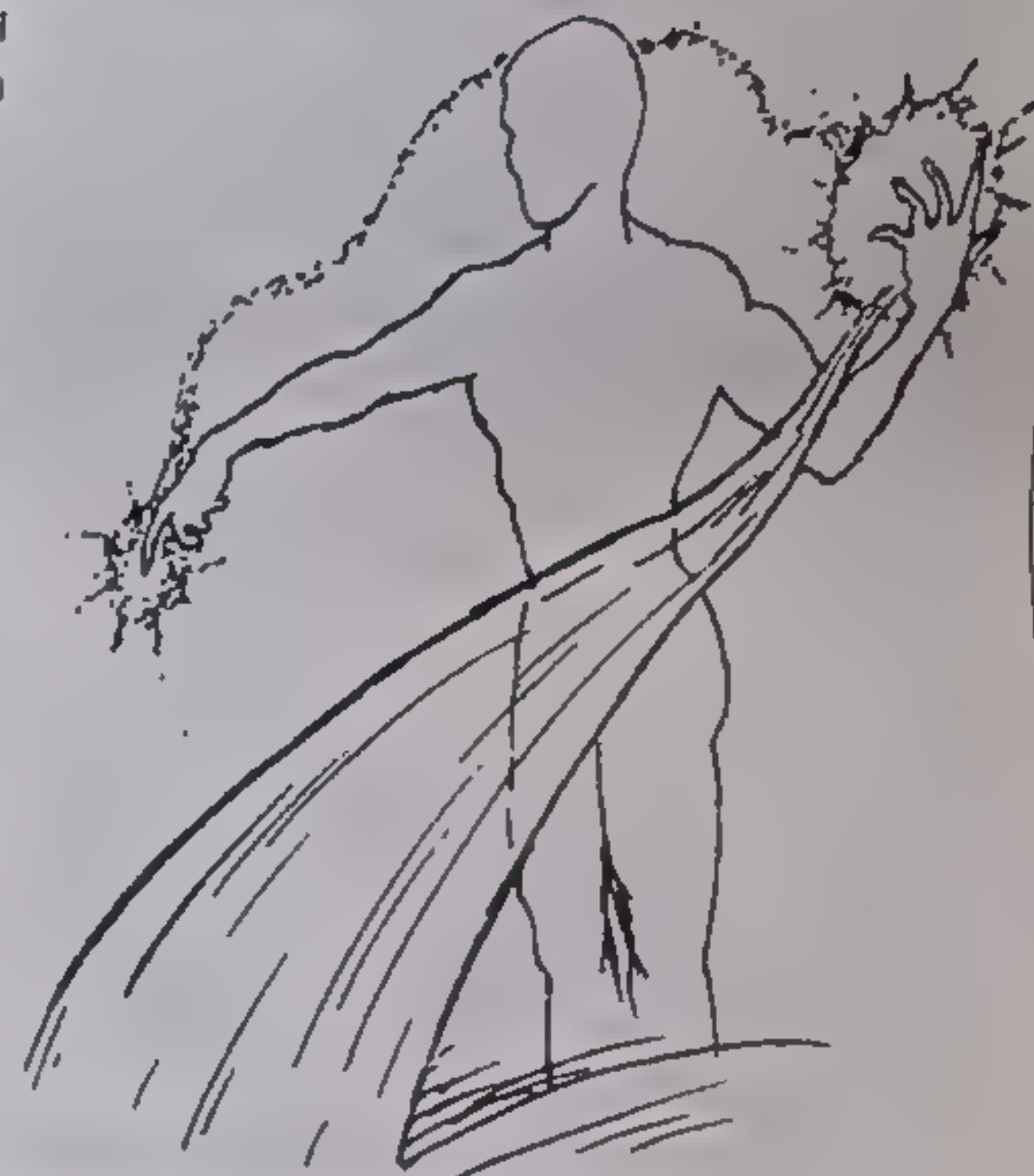
дителя от специалистов не получил, мы сочли необходимым ознакомить его с мнением Ваухэн.

ПРОБЛЕМА XXI ВЕКА

Проблемы импотенции древни как пирамиды Египта, как история Клеопатры, чей прекрасный лик украшал тысячи кораблей древнего мира. С незапамятных времен люди объедались бананами, морковью, огурцами, всеми дарами природы, формой напоминающими мужской половой орган. Они считали, что это прибавит мужской силы. Не говоря уже о роге носорога, кстати, чрезвычайно богатого кальцием. Но мода эта вскоре прошла.

В XVI веке итальянский доктор Варолио впервые установил, что кровь проходит и через половые органы, и эрекция с этим связана. Химики — самоучки на кухнях и в подвалах искали секрет любовного напитка, обращаясь к различным вытяжкам из растений, подчас вредным и даже ядовитым. Проблему импотенции это не решало.

Даже технологичный XX век не принес видимого облегчения страдальцам, вынужденным довольствоваться болезненными уколами в пенис или закладыванием маленьких пилуль в мочеточник. Случилось так, что исследователи, занятые поиском нового сосудорасширяющего средства против болей в груди, вызванных атеросклерозом, предложили больным новое «лекарство» — виагру. Лечебного эффекта отмечено не было, но больные почему-то не отказывались от приема вроде бесполезных таблеток. И тут медики выяснили, что виагра не увеличивает



нуса, в результате чего и возникает эрекция. Но этот приток не бесконечен — так устроила природа. Это вроде желудка, который получает столько, сколько требуется, иначе бы лопнул.

А теперь давайте посмотрим внутрь, как под капот автомобиля. Наверняка вы обратите внимание на карбюратор, который мелкими порциями подает горючее, по возгорании приводящее в движение цилиндры. Так вот, настоящее топливо, возбуждающее пещеристое тело напрягаться, — это окись азота. А основой виагры как раз и является окись азота. Грубо говоря, она ускоряет процесс доставки крови или восстанавливает его тогда, когда сосуды теряют проходимость, эластичность. Таким образом, можно сказать, что виагра — не что-то искусственное, она просто обеспечивает наличие окиси азота в нужном месте.

КОНСУЛЬТАЦИИ СПЕЦИАЛИСТА

МОЛЧАТЬ? ГОВОРИТЬ? КРИЧАТЬ!

Интересуются люди виагрой не только из спортивного интереса. Импотенция, или отсутствие эрекции, может происходить по множеству причин, но отметим главное: нет смысла это скрывать, поскольку речь идет подчас не столько о половой жизни, сколько о самой жизни как таковой. Ведь те миллионы людей, о которых мы говорим, складываются из сотен и тысяч обратившихся к врачу. А сколько еще живет затаившись, иногда и не догадываясь, что отсутствие эрекции может быть связано с общим заболеванием организма, например, атеросклерозом, когда сосуды блокируются из-за высокого уровня холестерина или развивающимся диабетом. А знать о том, что у вас атеросклероз - жизненно необходимо. Напомним, что по статистике только 50% мужчин выживают после первого инфаркта, да и из них не все рады такому исходу. Но вот другие цифры: у четверти обследованных мужчин инфаркт или инсульт случались после того, как за два года до беды у них появились проблемы с эрекцией.

Образно говоря, если артерии, ведущие к вашему половому органу, имеют толщину зубца вилки, то вот с этой вилки все и начинается. Все, что вы нанизали на нее за свою жизнь — куски мяса, картошку, обильно сдобренную сливочным маслом и пр. — рано или поздно заблокирует сосуды. И процесс этот начинается удивительно рано — у некоторых мужчин даже в 20-летнем возрасте. А теперь внимайте сухим данным статистики: эректильная дисфункция наблюдается у 40% мужчин в возрасте 40 лет и у 70% в возрасте 70 лет! И трудно сказать, кого из них приходится жалеть в первую очередь...

А полненькие то... того

Собственно, причина блокады сосудов, расположенных в пенисе, та же, что и коронарных, снабжающих кровью сердце: **курение, полнота, высокий уровень холестерина, повышенное кровяное давление, а все эти факторы риска взаимосвязаны.** Полнота является результатом питания жирной пищей с чрезмерным содержанием холестерина, она же увеличивает и риск диабета. Да и повышенное давление — это, чаще всего, от лишних килограммов.

Короче говоря, если вы любите смачно покушать, следя за экраном

телевизора, запивая еду пивком, да и при этом еще и потягивая сигаретку, если ремень вам «вдруг» оказывается тесным, и вы проделываете в нем дополнительную дырку, знайте, что вскоре у вас появятся проблемы и с тем, что расположено ниже ремня.

Вредные таблеточки

С сужением артерий клетки тела буквально завязают в болоте, умирая от недостатка кислорода, который должна нести кровь. А она идет к вашему половому «гиганту» все дольше и труднее. Постепенно утрачиваются его эректальные свойства, и тут, как говорится, никакой подъемный кран не поможет... Наконец вы осознали опасность. Теперь вы боитесь не только импотенции, но и риска получить инфаркт или инсульт, и начинаете принимать таблетки, дабы снизить давление. А они все имеют побочный эффект, и таким образом, вы попадаете в ловушку. Так что об атеросклерозе лучше задуматься, когда вам еще двадцать. Помните, что одна унция предупредительных мер стоит фунта виагры.

Мы говорим о потерях физических. Но ведь существуют еще не менее важные — психологические. Ведь эрекция контролируется центральной и периферической нервной системой. У каждой есть свое отделение в мозге, а команды идут через спинной мозг к половому органу. Здесь могут быть и физические травмы, ведущие к повреждению нервов: от несчастного случая или неумелого действия хирурга при операции на простате до слишком твердого седла велосипеда. Но могут быть и психологические, не менее тяжелые. **Как это ни странно, многие исследователи сексуальных проблем заикнулись на физиологической стороне импотенции, опуская стартовую причину секса — желание.** Ведь все три стадии сексуального цикла составляют единую цепь: желание, эрекция, оргазм. И в этой цепи желание — своеобразный мост между сознанием и телом. Мысли и чувства — ключ к зажиганию, дающий команду мозгу. Что служит поводом? Да все что угодно - обнаженная нога, поцелуй в шею, воспоминание, фрагмент телепередачи, фантазии... Вот тогда мозг и посылает команду в пещеристое тело, «воспламеняя» окись азота. А ваша задача — содержать в чистоте магистрали — сосуды вашего организма. Это залог того, что удовольствие и удовлетворение не покинут вас долгие-долгие годы.

Народные рецепты

Раздражение эrogenных зон

Причинами расстройств полового возбуждения и отсутствия полового влечения у мужчин (особенно при продолжительном прерывании полового акта или при отсутствии такового вообще) может быть онанизм или, как еще называют эту форму полового удовлетворения, мастурбация. Это искусственное раздражение эrogenных зон, завершающееся оргазмом, вырабатывает привычку, избавиться от которой бывает не так-то и просто. Особенно это портит психологический настрой неженатых мужчин, а также тех, которые боятся, чтобы их жена забеременела, при недоразвитии половых органов и нервном отягощении, боязни женщин и т. д.

Помочь таким аномальным явлениям мужчина должен и может сам. Медики в таких случаях советуют изменить способ жизни, постараться избавиться, прежде всего, от тягостного одиночества. Народная медицина рекомендует различные настои трав.

РЕЦЕПТЫ

☛ Если любовная лихорадка приводит к нервным истощениям, пейте **базилик** или, как его еще называют, реган. Это прекрасное тонизирующее средство, его добавляют к различным блюдам (мясным и рыбным).

☛ Пользоваться можно также **травкой душицы**. Она помогает даже при частых позывах к самодовольствованию, при ночных поллюциях, при сильной и неожиданной половой возбудимости, эротомании. Она помогает при нарушении психической деятельности. Пить как чай.

☛ Свежий или **сухой кориандр** отлично отвлекает от половых страстей.

☛ Знахари рекомендуют принимать **имбирный порошок** (пополам с медом). Принимать по половинке чайной ложечки, запивая водой 2-3 раза в день до еды. Сильно действует при импотенции и различных аномалиях.

К. ЕРОХИН

Лаской почти всегда добьешься больше, чем грубой силой

СНЫ И СНОВИДЕНИЯ

В сельских семьях бабульки испокон веков собирали пух с имеющейся в хозяйстве птицы - на подушки и перины подрастающим невестам. Без такого приданого будущая семейная жизнь считалась немислимой. Позже в городах вошли в моду «ватники». Ныне новые времена и веяния...

Чем может быть опасен пух?

В фабричных изделиях пух всегда на перышках; «самопальные» же подушки наполнены так называемой «дранкой» - пушинками, которые вручную обрывают с обеих сторон пера. Однако со временем дранка в подушках рвется, колется через наволочку и лезет из наперника. Сегодня многие пытаются хоть за бесценок сбыть «вживанку» - набивку из старых перин. Производители такое не берут, остерегаются инфекций,

- тогда вы точно никому не помешаете, даже если ворочаетесь во сне.

О матрасе: его следует менять каждые десять лет!

Те, кто считает, что на одном матрасе или под периной можно спать пожизненно, ошибаются. Частые случаи аллергии, вызванной пылью и грибами, учат: матрас нужно регулярно пылесосить, проветривать и

И мягко, и легко!

↓ Тяжелые двухслойные одеяла устарели, на смену им пришли почти невесомые, из тонкого тика, начиненного пухо-перьевой смесью. Теплое одеяло из гусиного пуха может весить 1500 г, демисезонное - 1 кг, летнее - всего 400 г. Специалисты рекомендуют не только менять их по сезонам, но и раз в три года - все постельные принадлежности. Тем не менее срок жизни хорошей пуховой «ковдры» - 10-15 лет.

↓ Рекламисты настойчиво рекомендуют прибалтийские подушки. В отличие от отечественных, выполненных в традиционных розовых и голубых тонах, они - красочные, цветастые и упакованы в прозрачные кульки на молниях. Но... сшиты из китайской ткани: порой уже через полгода цветы стираются, а подушка начинает пропускать перья.

↓ Между тем тончайший украинский тик, изготавливаемый для наперников по немецкой технологии, гораздо долговечнее!

Нередко частники продают на базарах подушки из «дранки» под видом фабричных, соблазняя низкой ценой. Выход один: требуйте сертификат и изучайте лейбл: на фабричных этикетках указан состав набивки.

↓ Если покупка новой постели не по карману, можно заняться чисткой старой: освежить перья в ателье обойдется в 0,5 у.е./кг. Новые наволочки из тика «разорят» на 5 у.е./м. А вот простегать пуховые одеяла бытовиками отказываются, и - имейте в виду - при чистке они могут потерять форму.

КАК ПОСТЕЛИШЬ - ТАК И

поэтому путь только один - к кустарям. Но спать на бывших в употреблении перьях не годится: кроме риска подцепить хворь, они, как считают биоэнергетики, заряжены негативными эмоциями хозяев. По поверью, внучке нельзя почивать на бабушкиной подушке, впитавшей ее пот и слезы, чтобы не перенести их в свою жизнь. В Европе даже принято сжигать подушку, принадлежавшую тяжело больному. И правильно!

Как выбрать партнера по сну?

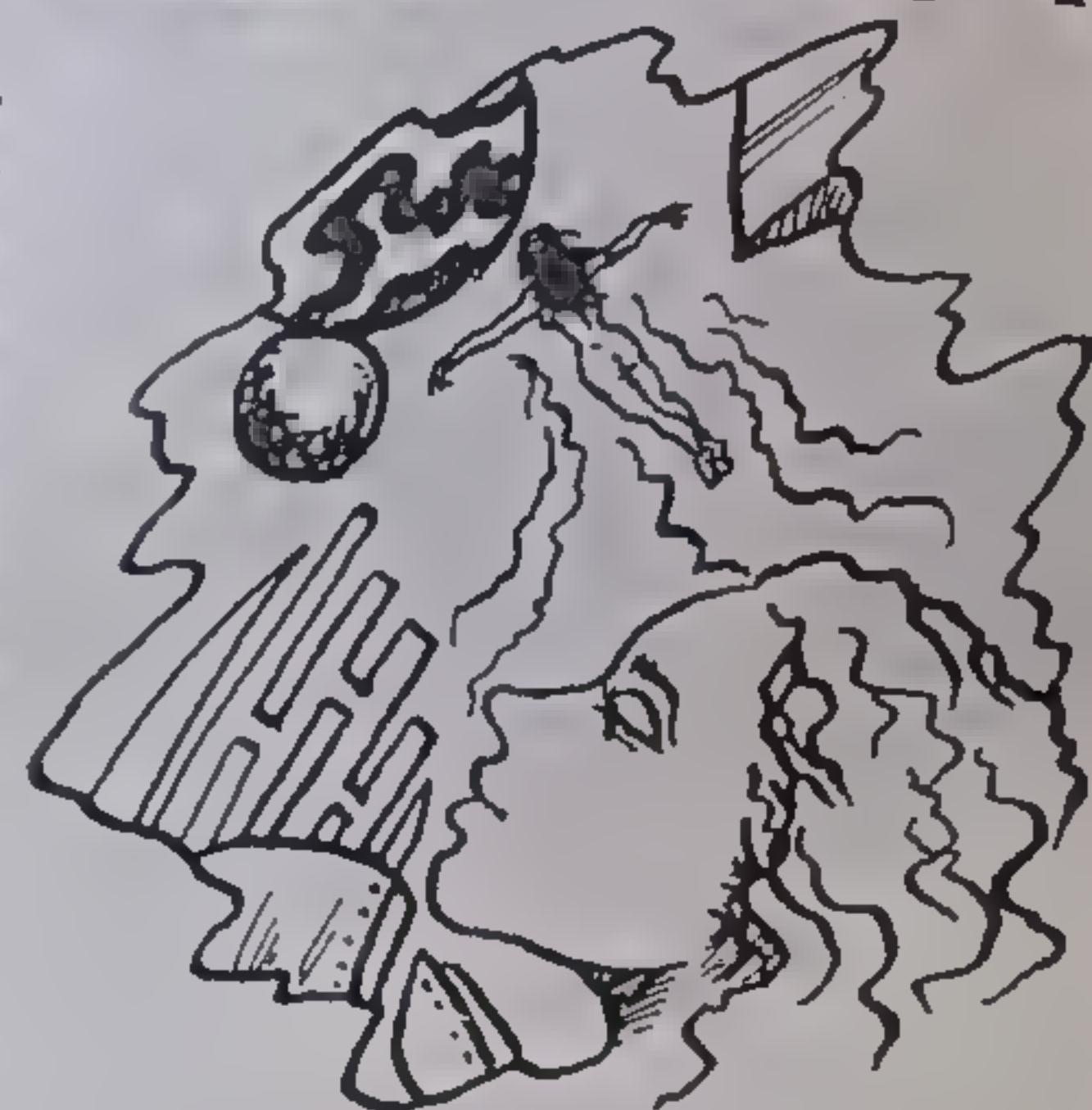
1. Смотрим «начинку».

Приличные фирмы не отказывают покупателю в удовольствии посмотреть, что у матраса внутри. Для этого есть специально разрезанный образец. Внимательно все изучите и пощупайте. Чем больше в матрасе использовано натуральных материалов, тем дольше будет служить ваше приобретение. (Кстати: не верьте продавцам, что аллергию могут вызывать только натуральные материалы, синтетика также бывает аллергенной!).

И убедитесь, что матрас «в разрезе» и тот, который вы собрались покупать, одного «фасона».

2. Примерка. Общее правило: на матрас нужно обязательно прилечь! Причем, во весь рост и с ногами. Иначе вы правды о нем не узнаете. Если удалось ощутить полную расслабленность - это ваш матрас!

3. Выбираем размер. Длина матраса выбирается по формуле «ваш рост + 15 см». Что касается ширины, то на каждого человека (если матрас двуспальный) должно приходиться, как минимум, 80 сантиметров. Еще лучше купить двухметровый



переворачивать, чтобы в нем не скапливалась пыль и влажность, а через десять лет покупать новый. Перины следует менять каждые восемь лет.

При выборе новых постельных принадлежностей аллергики должны предпочесть синтетические наполнители (они куда меньше пылят и не привлекают домашних клещей), а те, кто сильно потеет, - шерстяные, хорошо впитывающие влагу и способные «дышать».

У одеяла свои «идеалы»

Стеганные одеяла наполняют пером, пухом, полиэстером, шерстяной или хлопковой ватой. Чисто пуховые одеяла - теплые и легкие. Они дороже остальных, но и прослужат раза в четыре дольше, чем синтетические. Венгерский гусиный пух - лучше других и самый дорогой. Подешевле смесь пера с пухом. Наполнители из полиэстера не такие легкие, как пух или перо, и не такие теплые. Они стоят дешевле, и их

можно стирать (достаточно это делать раз в два года).

➤ Одеяла на хлопковой вате не вызывают аллергии, не очень пышные, но теплые, хорошо прилегают к телу.

➤ Под одеялом на шерстяной вате тепло зимой, прохладно летом. И оно не громоздкое.

➤ Новинка - комбинация из натуральных и синтетических материалов, например, из хлопка и полиэстера.

➤ Кровать должна быть сделана из экологически чистых материалов; высокого качества сборки; соответ-

ВЫСПИШЬСЯ

ствовать общему интерьеру; просторной; устойчивой и не скрипучей (это не значит, что ее надо прикручивать к полу); соответствовать габаритам комнаты; пропитана водоотталкивающим и огнеупорным составом.

Так говорят

С паршивого матраса - хоть ваты клоч!

Поматрасил и бросил...

За один битый матрас два тюфяка дают.

Никакая раса не живет без матраса.

Твой матрас меня потряс!

А гривен, часом, нет под матрасом?

Мат-раз, мат-два... Нехорошие слова!

Матрас - класс! Меня от бессонницы спас.

Анекдот

- Как вы спали ночью?

- спрашивает администратор отеля гостя.

- Очень плохо!

- Странно! Мы же вам предоставили наш лучший номер.

- Это удивительно! Но еще более поразительно, что у ваших клопов и тараканов тоже хороший вкус. Они все были у меня в гостях!

«ДЬЯВОЛЬСКАЯ РОГАТКА»

Обнаружить «плохое место» или геопатогенную зону, проходящую через вашу квартиру, поможет «дьявольская рогатка» или, говоря современным языком, биолокационная рамка.

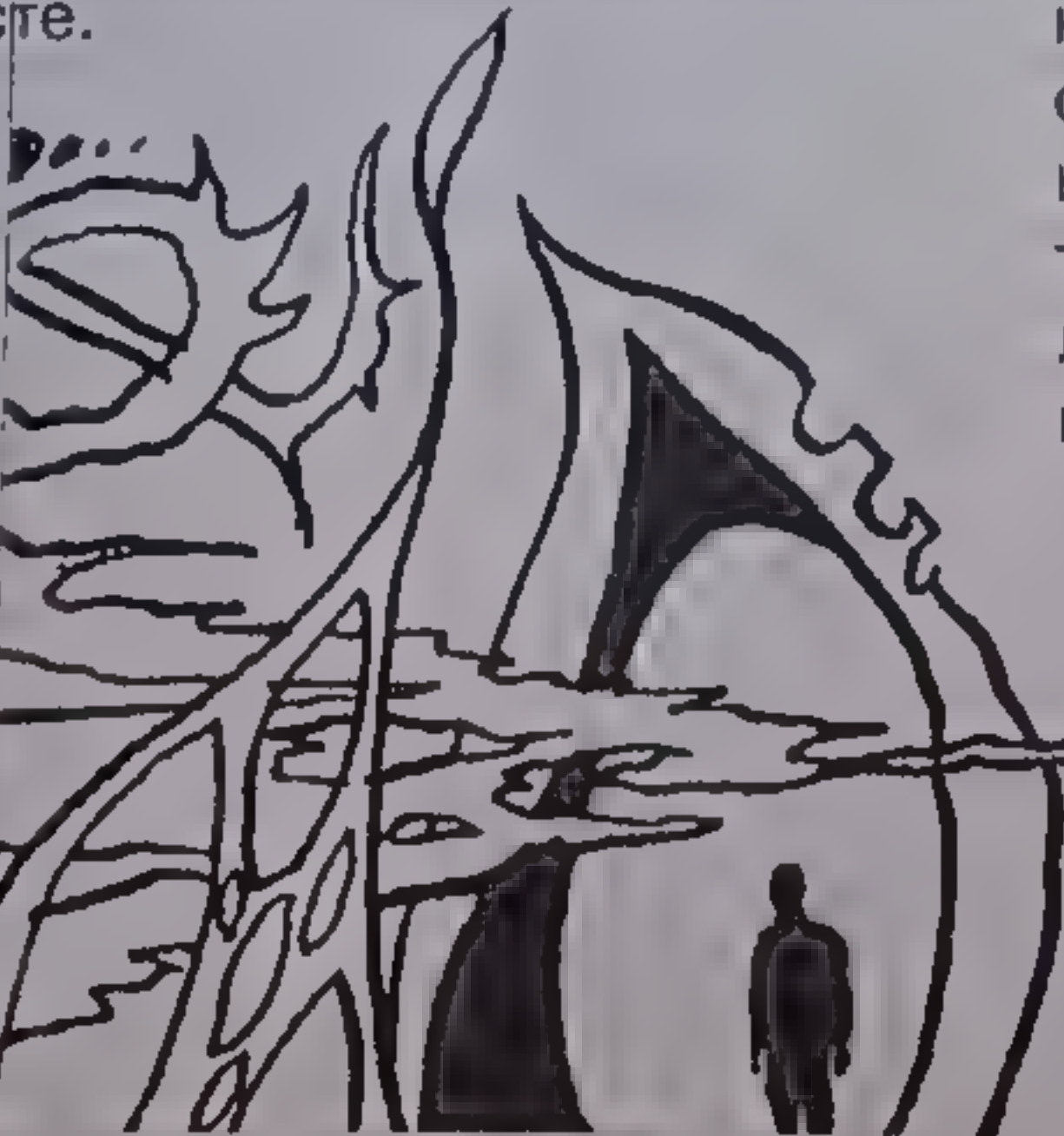
Для простейших бытовых операций вполне подойдет самодельная рамка, изготовить которую не представляет никакой сложности.

Я советую пользоваться Г-образной рамкой, которая наиболее чувствительна. У нее лишь один недостаток - даже слабый ветерок является существенной помехой при работе с ней. Возьмите кусок проволоки в согните под прямым углом, чтобы ручка была длиной около 15 сантиметров, а ствол около 30. Снимите с рук все металлические предметы (часы, кольца, браслеты) и, сжав ручку» рамки в кулаке (достаточно плотно, но так, чтобы она могла вращаться), пройдитесь по комнате, держа рамку перед собой как пистолет. При этом думайте о цели своего поиска. Как только рамка начнет поворачиваться, отметьте это место. Это «плохое место». Обычно оно представляет собой полосу шириной 20-50 сантиметров. Если ваша кровать попадает в эту зону, то, по возможности, передвиньте ее. Старайтесь меньше времени проводить в этом месте.

Эту же рамку можно использовать и для поиска утерянных вещей. Надо только, держа ее в руках, четко представить предмет поиска. Чтобы усилить свойства «дьявольской рогатки», можно использовать вещества-резонаторы. Для этого надо в другую руку взять аналогичный или хотя бы сделанный из того же материала предмет.

К сожалению, эффект не всегда срабатывает сразу. В некоторых случаях требуется тренировка. Главное - суметь настроиться и отрешиться в этот момент от всего остального. И еще один совет: не стоит брать рамку в полдень или в плохом настроении - возможны ошибки. А главное, не нужно этого делать ради демонстрации своих возможностей или доказательства того, что «все это чушь». Неискренность или недоброжелательность, хотя бы единожды возникшие в вашем настроении при общении с «дьявольской рогаткой», могут навсегда отрезать вам пути к дальнейшему взаимодействию с ней.

Если же у кого-то контакт с рамкой категорически не налаживается, мой вам совет: заведите кошку. И обязательно сделайте так, чтобы она вас полюбила. И тогда она всегда укажет вам место, где нет для вас опасности. Те места в квартире, которые кошка облюбовала для своего отдыха, подойдут и вам. Те, что категорично обойдет, - опасные для вас места.



Учиться надо всю жизнь до последнего дыхания

Итак, аптека. Глаза просто разбегаются. Все как в детской считалке: «В этой маленькой корзинке есть помада и духи...». Препаратов разных!.. Антибиотики, спазмолитики, антисептики, антикоагулянты, гормоны... Остановитесь, граждане! Целая куча препаратов для лечения геморроя говорит об одном – здесь нет ни одного абсолютно верного средства. И не может быть. Болезнь эта не такая простая, как кажется. У нее много разных форм. Она редко является самостоятельным заболеванием, оттого и лечить ее нужно с умом, комплексно.

фракрасная коагуляция, лигирование латексными кольцами, склеротерапия, криотерапия, монополярная коагуляция, биполярная коагуляция, лазерная коагуляция. Были бы средства, поскольку в районных больницах, естественно, всего этого нет. Там оперируют старым проверенным способом, которому около 4000 лет. И никто из хирургов, каким бы способом он вас ни лечил, никогда не даст стопроцентную гарантию, как это делают в рекламах некоторые коммерческие медицинские центры. За 4000 лет в лечении гемор-

Без царя в голове

Смело можно сказать, когда больной приходит в аптеку, то в большинстве случаев он приобретет не то лекарство, которое ему нужно. Исключение составят лишь опытные геморройщики, уже не раз проделывавшие этот путь. Они уже когда-то побывали у врача, обследовались, знают, что почем. Но и они могут ошибиться. А почему?

На «первый-второй» рассчитайся!

Потому, что существует несколько стадий заболевания. Это очень приблизительная классификация, но все же она позволяет получить некоторое представление о болезни.

Стадия I: Увеличение геморроидальных узлов.

Стадия II: Геморроидальные узлы выпадают во время дефекации, но вправляются самостоятельно.

Стадия III: Геморроидальные узлы выпадают во время дефекации и вправляются только руками.

Стадия IV: Геморроидальные узлы выпадают и не вправляются.

Острый тромбоз геморроидальных узлов: узлы не вправляются, имеется острая боль.

А что же кровотечения? А кровотечения возможны на каждой из этих стадий.

Сегодня множество фирм предлагают свои уникальные препараты. Стремясь перещеголять друг друга, они придумывают разные разности. В том числе и критерии для оценки эффективности лекарств. А вот и критерии, которые предъявляются к лекарству от геморроя одной из фирм-производителей.

Средство от геморроя обязано:

- * снять отек во время обострения;
- * наладить работу желудочно-кишечного тракта (ЖКТ);
- * обеспечить очистку организма и ЖКТ;
- * снять физическое и эмоциональное перенапряжение, нормализовать сон, работу эндокринной системы;
- * укрепить и восстановить волосяной покров;
- * нормализовать функцию сальных желез, восстановить кожу;
- * улучшить качество жизни.

ГЕМОРОЙ

(Окончание. Начало в № 13)

Нашим читателям, конечно, больше всего понравится последний пункт. Если для того, чтобы улучшить качество нашей жизни, нужно всего лишь вылечиться от геморроя патентованным лекарством, то многокилометровая очередь за таким препаратом гарантирована.

Но шутки в сторону

Помните!!!

Геморрой можно вылечить в любой его стадии, однако, чем раньше вы обратитесь к врачу по поводу лечения, тем больше вероятность, что вы сможете избежать осложнений. Важно также помнить и другое. Любое консервативное лечение, какого бы вида оно не было, не избавляет от геморроя, оно лишь снимает воспаление, отек, болевой синдром. Но геморроидальный узел остается! Его можно удалить только хирургическим путем. Если геморрой – следствие другого заболевания, то сначала необходимо вылечить его, это другое заболевание, иначе не поможет никакая хирургия.

Снимите штаны, покажите...

Правильное лечение непосредственно геморроя начинается с обследования, а самым лечением занимается врач-проктолог. Методы диагностики, используемые в проктологии достаточно обширны. Анализ крови, посев кала на микрофлору, анализ кала на скрытую кровь, пальцевое исследование прямой кишки, аноскопия, ректороманоскопия (ректоскопия), колоноскопия, ирригоскопия, ультразвуковая диагностика, колография, физиологическое исследование запирающего аппарата прямой кишки. В результате обследования получают данные, на основе которых и выбирается метод лечения.

А теперь - горбатый!

Старинная гравюра хорошо иллюстрирует, что способ хирургического лечения геморроя не менялся в течение столетий. Но приход в медицину высоких технологий несколько изменил положение дел. Теперь к вашим услугам ин-

роя накоплено столько мудрости и опыта, что они ни под каким соусом не позволят настоящему врачу гарантировать такое. **Если вам говорят о стопроцентной гарантии избавления - избавьтесь от таких врачей, забудьте к ним дорогу.**

Ставим свечку

Но если вы к хирургу все же пока не пошли, а зад болит, то попробуйте сделать так. Начните с поддержания щадящего режима регулирования стула и устранения запоров.

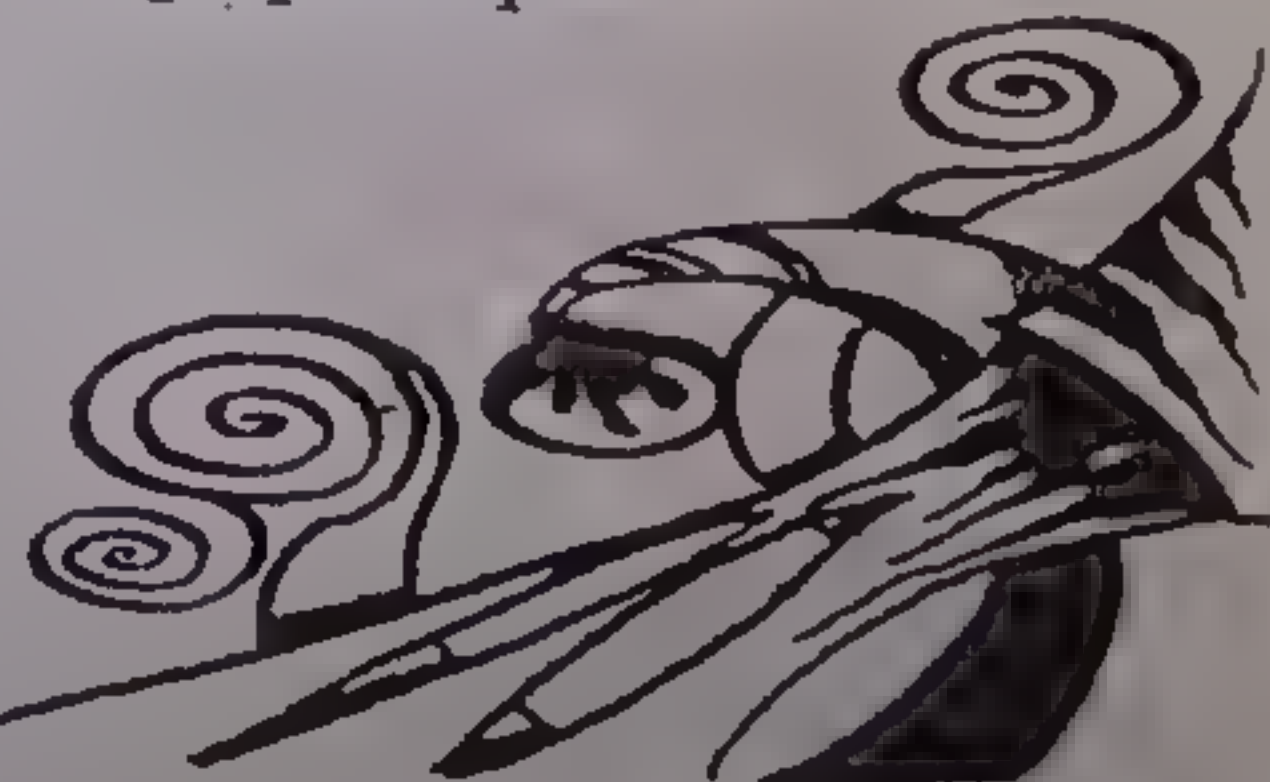
В борьбе с запорами важен режим питания и соблюдение диеты. Следует больше употреблять жидкости, овощей (летом - это свекла, морковь, свежая капуста; зимой - квашеная капуста), фруктов, соков, простокваши (или однодневного кефира). Необходимо исключить из рациона острые, горькие, соленые блюда, спиртные напитки. Рекомендуют приучиться не ужинать вечером; последний прием пищи должен происходить не менее чем за 2-3 часа до сна.

При геморрое с выраженными воспалительными явлениями и незначительными кровянистыми выделениями с целью санации постоянно травмирующихся стенок заднепроходного канала, в качестве противовоспалительного и обезболивающего средства проводят примочки, микроклизмы и ванночки, например, с ромашкой.

После принятия ванночки 2 раза в день рекомендуется ввести в заднепроходный канал геморроидальную свечку с гливенолом, тромбином, «Анузол» и т.п.

Многие врачи рекомендуют почти народное средство - мазь Вишневского. Что ж, проверено - вреда не будет.

Профессор Алекс МИТЧЕЛ



Замечали ли вы, что делает ваш малыш сразу же после сна? Да, мы конечно, «пьем утренний сок» и улыбаемся, но если настроение у нас хорошее, то мы непременно потянемся. Вытянем ручки, ножки, выпятим животик и сразу подрастем. И, самое главное, что это мы делаем не просто так. Потягивание – очень важный процесс перехода от сна к бодрствованию. Это своего рода утренняя гимнастика для самых маленьких и не только.

Потягиваться свойственно также и зверушкам, как диким, так и домашним. Да и нам, женщинам, присуща такая привычка, как потягивание после сна, идя на кухню готовить завтрак. Но это уже проза. А пока мы, такие хорошенькие, розовенькие, тепленькие, валяемся в кровати и не ходим в школу, на работу, и тут нам на помощь приходит комплекс утренней гимнастики. Гимнастика? Но ведь утром совершенно некогда: надо всех собрать, накормить, дать важное поручение и ценные указания, себя привести в порядок. А вот тут-то вы и попались. Так как приведение себя в порядок начинается с утренней гимнастики. И, конечно же, вам будет веселее выполнять утреннюю гимнастику с ребенком, а уж ему-то с мамой – сплошное удовольствие.

Итак, утренняя гимнастика для самых маленьких (2-3 года).

«ЧЕБУРАШКА»

Ходьба на месте, непродолжительный бег, снова ходьба; Чебурашка гуляет.

1. ЧЕБУРАШКА ТРОГАЕТ СВОИ УШКИ. И.п.: ноги слегка расставлены, руки внизу. Поднять руки вверх, потрогать свои большие ушки, опустить руки. Повторить 4 раза.

2. ЧЕБУРАШКА НЕ УМЕЕТ ТАНЦЕВАТЬ. И.п. то же. Слегка наклониться влево, потом вправо, выпрямиться (6 раз).

3. ЧЕБУРАШКА И КРОКОДИЛ ГЕНА. Присесть, руки положить на колени, встать (4 раза).

4. ЧЕБУРАШКА РАДУЕТСЯ. Подскоки на двух ногах.

Ходьба на носках.

Вот и весь комплекс. И за 5 минут мы все успели.

Главное – помнить, что все упражнения утренней гимнастики для малышей даются в определенной последовательности:

- 1) для мышц плечевого пояса и рук;
- 2) для туловища;

ДОБРОЕ УТРО

3) для ног.

То есть сверху вниз.

Для детей очень хороша веселая музыка и качество аккомпанемента. С Машей мы разобрались, а Диме уже 4 года, скоро 5. Он Чебурашкой быть не хочет. Будет Буратино!

КОМПЛЕКС ГИМНАСТИКИ ДЛЯ ДЕТЕЙ 4 - 5 ЛЕТ

«БУРАТИНО»

Ходьба на месте. Легкий бег по комнате. Ходьба на носках, руки на поясе.

1. БУРАТИНО ПОТЕРЯЛСЯ. И.п.: ноги слегка расставлены, руки внизу. Развести руки в стороны, опустить (5 раз).

2. БУРАТИНО КЛАНЯЕТСЯ. И.п.: ноги на ширине плеч, руки внизу. Наклониться вперед, отвести руки назад, выпрямиться (5 раз).

3. БУРАТИНО ЗОВЕТ АРТЕМОНА НА ПОМОЩЬ. И.п.: ноги на ширине плеч, руки внизу. Повернуться вправо, вытянуть руки вперед, выпрямиться. То же влево (5-6 раз).

4. БУРАТИНО ПРЫГАЕТ. И.п.: ноги слегка расставлены, руки на поясе. 8 прыжков, походить на месте и снова прыжки.

Ходьба до космодрома и обратно. Бег вокруг космического корабля (то и другое на месте).

1. ЗАПРАВЛЯЕМ КОРАБЛЬ. И.п.: основная стойка, руки к плечам, локти опущены. На счет «раз» поднять локти вверх – вдох; на счет «два» – опустить вниз – выдох (3 раза).

2. ПЕРЕГРУЗКИ. И.п.: основная стойка, 1 - 4 - вращение головой вправо, затем влево (3 раза).

3. ИНОПЛАНЕТНОЕ ПРИВЕТСТВИЕ. И.п.: ноги на ширине плеч, руки в стороны. 1 - наклон вперед с поротом правой. Ноги и хлопком между ног, 2 - и.п. 3 - 4 то же к другой ноге (4-5 раз).

4. ПРОБУЕМ ПОЧВУ ПОД НОГАМИ. И.п.: основная стойка, руки на поясе, 1 - отставить вперед ногу на носок; 2 - в сторону, 3 - назад; и.п. То же другой ногой (3-4 раза).

5. ИНОПЛАНЕТЯНИН УСТАЛ. И.п.: ноги скрестить, руки на поясе. 1 - 2 - медленно сесть на пол, 3 - 4 - встать, не меняя положения ног и не опираясь на руки (4-5 раз).



6. ИНОПЛАНЕТНОЕ ПРОЩАНИЕ. И.п.: основная стойка, 1 - правую руку и ногу вперед, 2 - и.п., 3 - левую руку и ногу вперед, 4 - и.п. Упражнение на координацию движения (4-5 раз).

7. УЛЕТАЕМ НА СИРИУС. Прыжки на двух ногах: 4 прыжка вперед, 4 прыжка назад (5 - 6 раз). Если в середине полета космонавт устал, даются упражнения для мышц плечевого пояса и рук, они снимут нагрузку и отрегулируют дыхание, а может быть, и действительно перед вами маленький человечек, который полетит на Марс. Время-то какое необыкновенное, хоть и тяжелое. Но даже если он никуда и не полетит дальше коврика у кровати, вырастить его здоровым вы можете, а начать надо с малого - с зарядки завтра утром.

Проверить осанку ребенка можно следующим способом: стоя руки вдоль туловища, подняли плечи вверх, отвели их назад и опустили вниз.

Дом, в котором нет книг, подобен телу, лишенному души

УРОКИ ИНТИМНОЙ ЖИЗНИ

(Продолжение.
Начало в № 10, 11, 12, 13)

Любовная игра

Когда известно, что вы можете продолжать сексуальную игру до ее логического завершения, всякая сдержанность пропадает. Вы можете ласкать друг друга вполне свободно, не опасаясь вспышки страсти.

Сексуальная игра приносит сама по себе громадное наслаждение. Половое сношение не является обязательным: некоторое пары получают удовольствие, постепенно увеличивая влечение и возбуждение в течение нескольких дней перед тем, как насладиться. Вы должны полностью использовать приемы любовной игры в общении друг с другом. Она значительно способствует успеху в половом сношении, которое затем следует. Предварительная игра, наполняет вас нежной чувственной любовью. Только при этом условии возникает максимальная супружеская радость и удовлетворение.

Большие и разнообразные возможности таят в себе ласки ртом. Поцелуи ртом с разной степенью давления, влажными или сухими губами, с легким прикосновением, или с различными движениями в определенных обстоятельствах вызывают возбуждающее чувство. Поцелуи с открытым ртом могут мгновенно перейти в поцелуи со сжатыми губами: как только муж прижимает свои губы к губам жены, она обнажает свои зубы и открывает рот, чтобы подарить ему нежный неожиданный укус, затем, когда он начинает освобождать свои губы, она пылко прижимает свои влажные теплые губы к его губам. По мере возрастания сексуальной чувствительности поцелуи открытым ртом становятся более продолжительными — оба партнера прижимают порывисто свои губы, касаются их кончиками языка и нежно покусывают губы и языки друг друга.

Ласки и объятия

Ласки и объятия открывают много путей для создания сексуальной чувствительности и поддержания свежести и разнообразия в вашей сексуальной игре. С момента зарождения страсти и до последнего благодарного шепота ваши руки должны быть в непрерывном движении. И мужчина, и жен-

щина должны гладить и сжимать своего партнера, не переставая, выражая через ласки свое влечение.

Разновидности ласк

Вы поймете, что ритмичные поглаживания возбуждают сексуальную чувствительность весьма эффективно. Вы можете гладить мочки ушей, волосы, руки, внутренние части бедер, низ живота, грудь, спину, ягодицы. Сперва поглаживаете через одеяло, а по мере возрастания страсти, переходите на кожу. Иногда предварительное натирание кремом или присыпание пудрой делает кожу более чувствительной к ласкам.

Хотя женщины реагируют на нежное поглаживание, эротичнее мужчин, и

Иногда слышал от женщин, что мужья не используют ласки перед половым сношением и после нескольких поцелуев сразу же вставляют пенис, боясь потерять эрекцию. Женщина порицает мужчину за пренебрежение ласками, мужчина сомневается в своей потенции, и оба не получают удовольствия.

Рассматриваемая как индивидуальная проблема, трудность кажется неразрешимой. Однако эта проблема может быть разрешена, если ее рассматривать с точки зрения пары. Как только женщина осознает свою ответственность за поддержание возбуждения своего мужа, она может легко сохранять его пенис твердым в течение многих минут, предоставив

СЕКСУАЛЬНОЕ ЗДОРОВЬЕ



почти требуют от своих мужей такой ласки, чтобы возбуждаться, мужчины также любят, чтобы их гладили. Помните общий принцип: поглаживание всей рукой обычно возбуждает обе стороны, в то время как поглаживание кончиками пальцев обычно возбуждает пассивную сторону.

Нежные щипки и покачивания придают приятное разнообразие, свежесть и новизну на ранней стадии любовной игры. Болезненные щипки и укусы пригодны только на более поздней стадии, если вообще пригодны.

После того как вы оба возбуждены, раздражение более глубоко лежащих нервных волокон добавит вождения. Держа кончики пальцев вместе, надавите ими на места сексуальной чувствительности: спину или низ живота — и двигайте их взад и вперед, или трите ими кожу. В таких местах как ягодицы или ляжки захватите тело между пальцами и теми же движениями возбуждите партнера. Однако не следует щипать кожу до боли. Большинство жен применяет аналогичные ласки для возбуждения мужей, концентрируя их в нижней части спины или грудной клетки.

ему свободу возбуждать ее все новыми и новыми способами. Как пара они могут продолжать сколь угодно долго.

Когда сексуальное влечение возбуждено достаточно сильно, хорошо использовать ласки с сильным мускульным сжатием. Мощное сжатие бедер, ягодиц и других частей тела доставляет большое удовольствие при сильном желании. Даже такая вещь как подбегание царапанья г руди мужа может еще больше возбудить страсть.

При большом вождении иногда наносятся даже некоторые повреждения. Однако форма ласки заслуживает особого внимания: это ласки молочных желез. Наиболее чувствительные сексуальные центры находятся за сосками. Можно поглаживать всю грудь, но лучше, когда муж пощелкивает подушечкой пальца по соску. Более возбуждает ласка, когда муж катает сосок своим большим пальцем. Еще лучше, когда он зажимает сосок между большим и указательным пальцами и катает его. Некоторые предпочитают сдавливать сосок указательным и средним пальцем. Существует множество вариаций этой нежнейшей ласки, которая может даже довести чувственную женщину до оргазма. Некоторые женщины любят, когда муж берется четырьмя пальцами за грудь ниже соска, а большим пальцем плотно (но не глубоко) надавливают вниз, соединяя его с остальными пальцами.

Доктор ШМИДТ

(Продолжение следует)

ЧУДО - ТРАВКИ ТРАВЫ, А НЕ ТАБЛЕТКИ

ЭТО НАМ ПОДСКАЗЫВАЮТ ПРЕДКИ

Заглянешь в книги профессора Алексея Федоровича Синякова и убедишься: нет такого растения, которое нельзя было бы употребить на пользу человеку. И в чистом виде, и в разных сочетаниях: листья, корни, стебли, цветы, плоды — от чего только не спасают! А если прибавить еще и мед... Возможно, некоторые из предлагаемых рецептов покажутся вам странными и подозрительными, тем не менее отнеситесь к ним с полным доверием. Они прошли испытания веками и достойно выдержали экзамен.

При раке желудка

Съедать ежедневно по 1-2 стакана ягод калины с медом, добавляя его по вкусу. Калина помогает также при гастритах с пониженной кислотностью, язве желудка, способствует профилактике рака. Калину лучше собирать после первых заморозков — она становится сладкой.

При ангине

Черника обыкновенная — густой отвар плодов применяется для полосканий при ангинах, для смазывания обожженных участков, сыпи на коже (100 граммов сухих плодов залить 0,5 л воды и кипятить, пока количество воды не уменьшится до 0,3 л).

Шалфей лекарственный — многолетний полукустарник. С лечебной целью используют листья шалфея, которые собирают с верхушками стеблей во время цветения.

При атеросклерозе

Гречиха посевная — с медицинской целью заготавливают листья, цветки и семена гречихи.

Десертную ложку цветков заварить (0,5 л кипятка), настоять 2 часа в закрытом сосуде, процедить. Принимать по 1/2 стакана 3-4 раза в день.

Чеснок — свежие луковички чеснока употребляют по 2-3 зубка ежедневно.

При язве желудка

Ежедневно в течение лета съедать по 12-15 молодых свежих листьев подорожника.

При водянке

Настой цветков василька: 1-2 чайные ложки цветков заварить стаканом кипятка, настоять час, процедить. Пить по 1/4 стакана 3 раза в день за 10-15 минут до еды.

При выпадении волос

Отваром из листьев березы моют голову при выпадении волос.

При усиленном салоотделении, перхоти рекомендуется после мытья головы и подсушивания волос втереть в кожу головы настой листьев крапивы (столовую ложку листьев заварить стаканом кипятка, настоять 1,5 часа, процедить). Применять 1 раз в неделю длительное время.

При воспалении миндалин, слизистой оболочки полости рта и десен

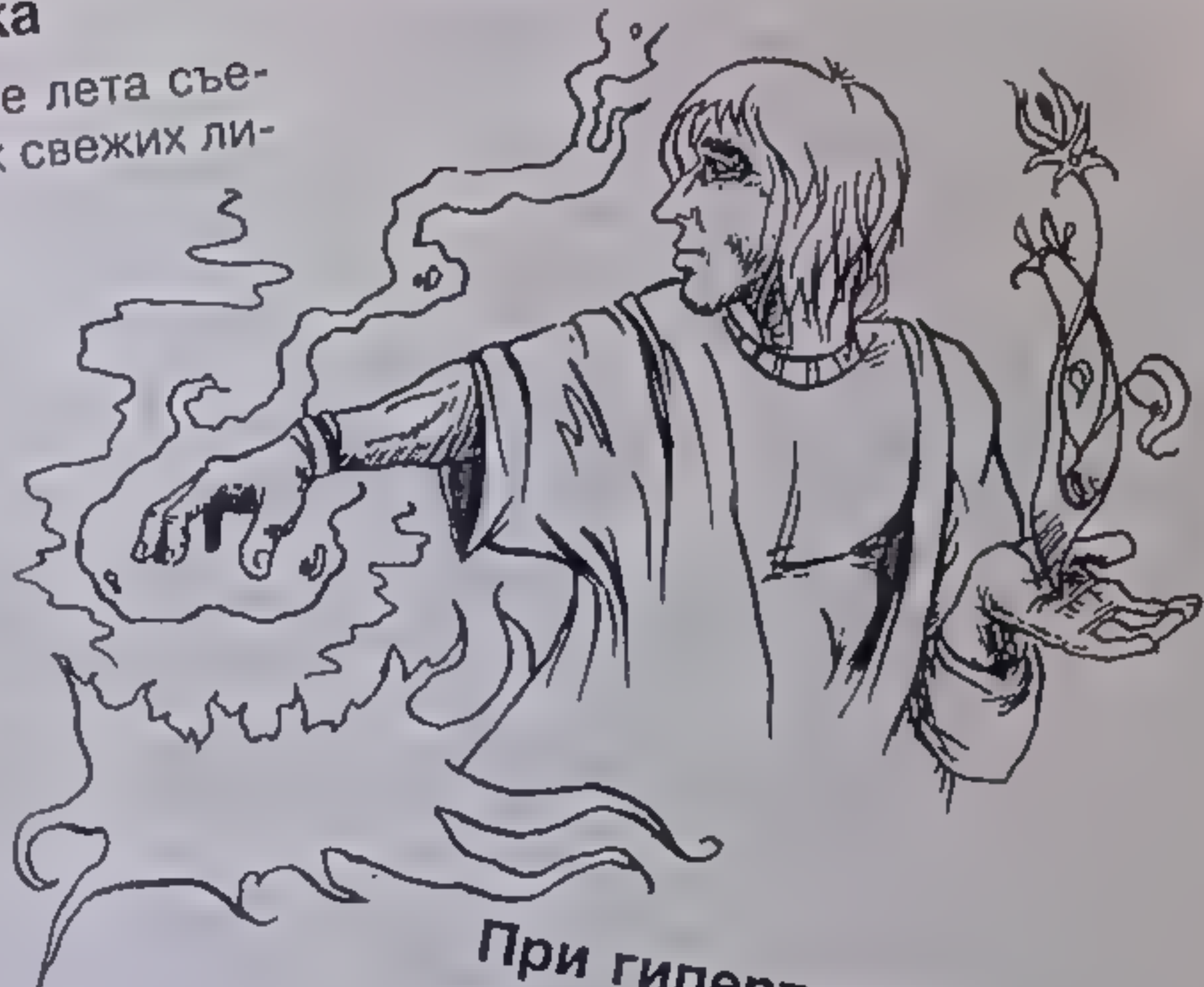
Настой листьев шалфея используют в виде полосканий (4 чайные ложки измельченных листьев заварить 2 стаканами кипятка, настоять 30 минут, процедить).

При варикозном расширении вен

Свежими листьями сирени обкладывать болезненные участки расширенных и покрасневших вен. Листья менять каждый час.

При водянке и отеках

2 чайные ложки сухих измельченных цветков синего василька залить в термосе стаканом кипятка, настоять час и пить по 1/4-1/3 стакана 3 раза в день за 10-15 минут до еды.



При гипертонии

Пропустить клюкву через мясорубку, смешать с равным количеством меда и принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день за 15-20 минут до еды.

При атеросклерозе

Смешать свежесжатый сок лука с медом в равных количествах и принимать по 1 столовой ложке 2-3 раза в день.

При гастритах

Сок алоэ принимают по 1-2 чайные ложки 2 раза в день за 30 минут до еды. Курс лечения — 1-2 месяца.

Земляника лесная: столовую ложку смеси листьев и корней залить 2 стаканами холодной кипяченой воды, настаивать 6-8 часов, процедить. Принимать по 1/2 стакана ежедневно.

Никто не должен преступать меру ни в пище, ни в питии

КРАСОТА И ЗДОРОВЬЕ

Есть в нашей жизни такие дни, когда нам надо быть особенно красивыми: праздники, встреча с родными после долгой разлуки, большой прием у знакомых, свадьба своя или... детей, первая встреча с невесткой или зятем и многие другие случаи. Хочется выглядеть свежо, молодо, быть в хорошем настроении, которое дает нам, между прочим, сознание того, что мы нравимся.

всегда в направлении: от подбородка к вискам и от середины лба наружу. Вместо губки можно применять сложенные вчетверо листки лигнина. Когда кожа впитает жидкий крем, осторожно нанесите грунтовочный крем, матовый.

3. Перед тем как накладывать грим, покройте все лицо очень тонким слоем крем-пудры. Эта грунтовка придаст коже теплый колорит и гладкость.

4. Обмакните ватный тампон в пудру, стряхнув лишнее, легко проведите им по лицу: лоб, подбородок и нос требуют более светлой пудры, щеки — на тон темнее. Затем обмакните палец в крем и, проведя по бровям, потемните их. Причешите брови маленькой щеточкой.

5. Кончики ресниц подвейте

старое как мир, но редко принимаемое во внимание. К платью в теплых тонах идет красный цвет с желтизной, к платью в холодных тонах — розовато-красный.

Золотым блондинкам — пудра светло-персиковая, карандаш для бровей коричневый, карандаш для век зеленоватый, для вечера бежево-золотой, помада шоколадно-красная.

Пепельным блондинкам — пудра розовая или бежевая, карандаш для бровей серый или серый с коричневым, карандаш для век светло-голубой, губная помада коричнево-красная.

Рыжим — пудра алебастрового или светло-персикового оттенка, карандаш для бровей коричнево-каштановый, для век — зеленова-

ПРАЗДНИЧНОЕ ЛИЦО

Для этого необходимо:
ложиться спать на час раньше обычного;

по утрам заниматься гимнастикой, дыхательной гимнастикой у открытого окна для лучшего кислородного обмена, что, в свою очередь, положительно скажется на коже;

отменить дневной кофе и ограничить количество выкуриваемых сигарет;

ежедневно немного больше времени посвящать своей коже.

И так вот незаметно, под предлогом ответственного визита или другого мероприятия, вы проведете омолаживающее мини-лечение.

А что надо делать непосредственно перед выходом?

Возьмите большое зеркало, очень хорошо осветите лицо, голову повяжите, чтобы сохранить уже сделанную прическу, и по очереди выполните следующие процедуры:

1. Наложите на лицо освежающую питательную маску, приготовленную из стертого в однородную массу желтка и небольшого количества меда. Спустя 20 минут смойте ее. Затем промойте глаза теплой слабой чайной заваркой.

2. Слегка смоченными в жидком косметическом креме или сливках кусочками губки (обычно их продают в качестве пуховки для пудры) осторожно помассируйте лицо,

вверх щеточкой, смоченной в туши. Если вы знаете, что данная тушь легко размазывается, лучше не применяйте ее вообще, так как через несколько часов у вас под глазами будут ужасные синяки. Верхние веки при наклеенных ресницах надо красить краской, подобранной не только под цвет глаз, но и под цвет платья.

Кожу между бровями и верхним веком надо пудрить белой пудрой для век.

6. Наконец, дошла очередь и до губной помады. Но, прежде чем ею воспользоваться, надо напудрить губы светлой пудрой. Красить губы надо очень тщательно. Чтобы помада не пачкала, промокните губы промокательной бумажкой.

Лучший ваш советчик — это, разумеется, зеркало.

Лучший совет —

умеренность. Поэтому советы, которые здесь даны, не следует выполнять с железной последовательностью.

Они должны лишь помочь в составлении цветов грима для разных типов лица.

Фон может быть только на один тон темнее или на один тон светлее цвета кожи. Большая разница не рекомендуется.

Помада, лак и румяна всегда должны быть одного тона; правило

тый; помада для губ и лак для ногтей — оранжево-красные, но не морковные!

Седым — пудра светло-бежевая, карандаш для бровей светло-коричневый или серый, карандаш для век светло-голубой или светло-зеленый, для губ — один из оттенков нежно-розового — но не карамельного!

Шатенкам — пудра персикового цвета, карандаш для бровей коричневый, карандаш для век светло-коричневый или приглушенный зеленый, для губ и ногтей — светлый кармин.

Брюнеткам — пудра всех оттенков бежевого, карандаш для бровей темно-серый, почти черный, карандаш для век зелено-голубой, перламутровый, мелок для губ и лак цвета красного вина, но не вишневого, так как такой цвет старит.

Мода на цвета предметов косметики приходит. И уходит. Все новое в этой области надо принимать осторожно, здраво, приспособлявая к себе, к своему типу лица. Слепо следуя моде, легко себя обезобразить. То, что хорошо при дневном свете, не выдерживает экзамена при электрическом или, например, при свечах, все чаще применяемых в наиболее торжественных случаях. Поэтому всякий раз надо устраивать генеральную репетицию и выбирать такие цвета помад и карандашей для век, которые при данном освещении дают наиболее благоприятный эффект.

Богуслава ВЫДМУХОВА

ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ

ОНИ НЕСУТ СМЕРТЬ

В 2000 году в наркологических учреждениях Донецкой области состояли на учете по наркотоксикомании 9315 человек. Возможно, кто-то иронически хмыкнет: «Всего-то?» Хочу заметить, что это лишь те, кто попал в поле зрения медработников и правоохранительных органов. И еще. Представьте себе, что один из этих девяти с половиной тысяч - ваш ребенок.

Что значит: сын или дочь «сидят на игле»?

Любой из родителей, которых это коснулось, скажет, что хуже беды не придумать. Ломки, крики по ночам, непонятная агрессия... Украденные из дома вещи, проданные за бесценок... Доза, которая вводится ребенку, чтобы облегчить его страдания. Клиники, лекарства, выписка. Пустота в глазах. Потом все сначала... И смерть. Смерть без единого шанса на спасение. Чаще всего наркоманы погибают от передозировки наркотиков и гепатита. Из-за болезней, вызываемых пристрастием к наркотику, редко кто из них доживает до преклонного возраста.

На игле

Ирина была замужем трижды. И все как-то неудачно. Двух мужей бросила она, третий - умер от передозировки наркотика. Умер, но Ирину «на иглу» посадил основательно. Он вообще не ценил жизнь, ранее неоднократно судился, и «зона» была для него чем-то вроде идеала обеспечения существования. «Шира» заменяла супругам все. Ее «приникивали» друг от друга в тайничках, чтобы спутник жизни не отнял дозу, из-за наркотиков дрались до крови, за бесценок продали квартиру.

После смерти мужа Ирине стало немного легче, но случилась другая напасть: организм, привыкший к «пяти кубам» требовал свое. Оставалось одно - «продаваться в рабство» цыганам. Совсем недавно Ирина приходила в один из домов в Калининском районе Донецка «тропой наркош», теперь же сама стала частью наркобизнеса. У знакомых торговцев освободилось место дом

работницы, Ирина поспешила его занять за кормежку и укол в день. Кроме Иры, в том же доме работала еще одна наркоманка - Ольга. Ей не было шестнадцати. Хозяевам это выгодно: если «накроют», малолетка все возьмет на себя - меньше дадут. Сколько таких дурочек сейчас по лагерям - никто не знает, а места их не пустуют - наркоманок в шахтерском крае хватает. День Ирины состоял из нескончаемого мытья кастрюль и полов, пакетик с «ханкой» она получала лишь к вечеру и то, если не было претензий со стороны хозяев. Чуть не угодишь - лишат дозы, а это для наркомана хуже побоев. Денег не дают, а замков нет - наркотик лучше любой цепи держит... Ирина слабела и таяла на глазах. У нее был один шприц для инъекций, она кололась им месяца три и занесла инфекцию в вену. Рука опухла, не влазила в рукав. Поняв, что девушка работать полноценно уже не может, хозяева просто вышвырнули ее на улицу. Остался один путь - в больницу.

Большинство наркоманов обращаются к врачам не потому, что хотят излечиться. Просто требуется перейти на меньшую дозу - как-никак меньше платить. Уж доктора-то с Ириной намучились - даже капельницу не поставили - вен нет. И кожу пересаживали, и руку лечили, и от ломки спасали... Спасли.

В свои 29 лет Ирина выглядит старухой. Где она сейчас, я не знаю. Скорее всего, снова в «рабстве». Там, по ее словам она хоть «загнется» без мучений.

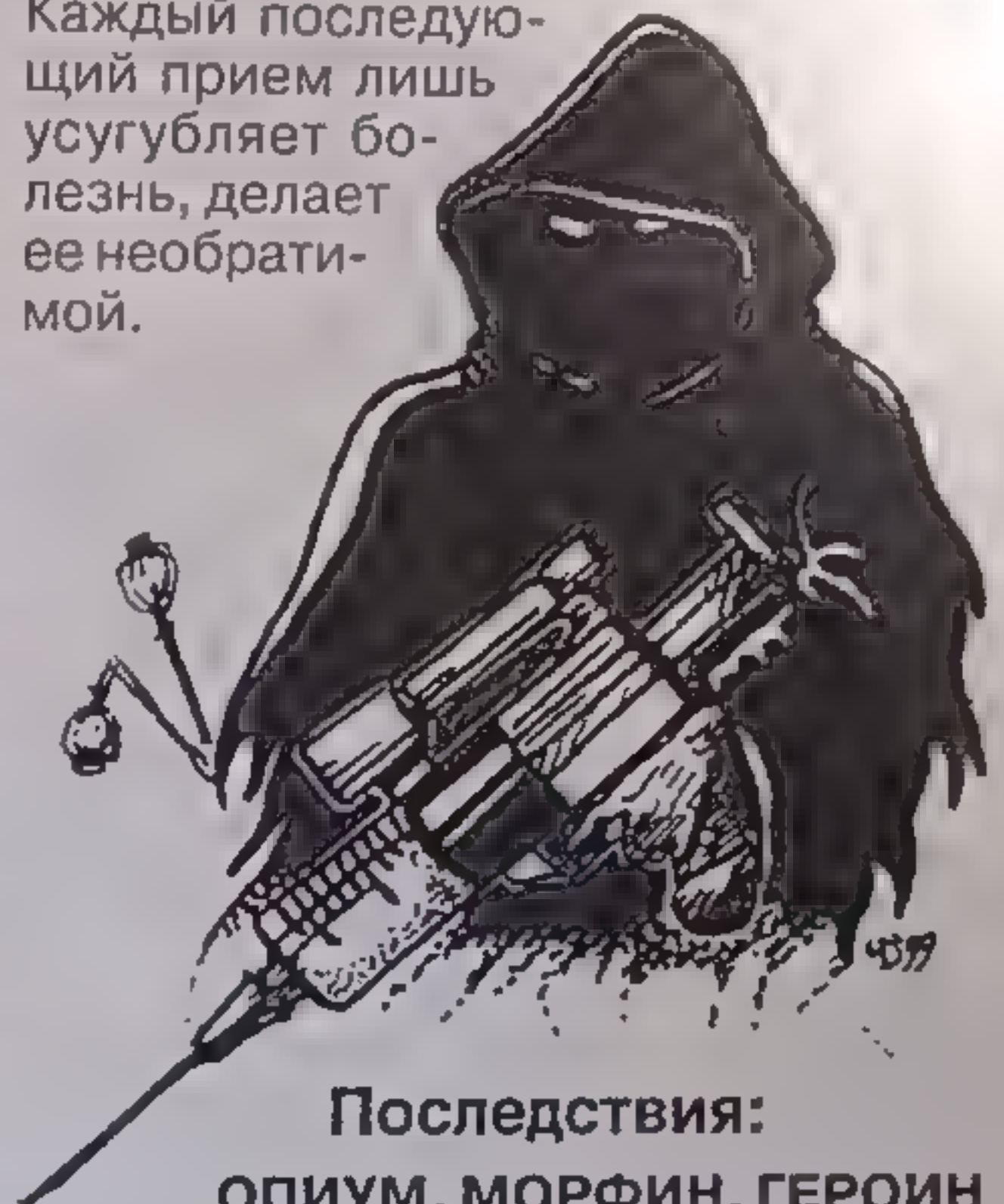
Когда-то наркомания представлялась нам чем-то далеким, «забугорным», выдуманным, как рассказы об инопланетянах. Но наркоманы, увы, не пришельцы. Наши они, доморожденные. Я начал эту статью со статистики, но должен сказать, что цифра, приведенная мной, весьма приближительна. Вряд ли всезнающая наука назовет точное число наркоманов. Сами же они о своей страсти предпочитают помалкивать.

А стоит ли начинать?

Это полезно знать не только наркоманам.

Среди молодежи бытует мнение, что если попробовать один раз наркотик - это совершенно безвредно, а зависимость наступает не сразу. Явное и опасное заблуждение. Пос

ле первого же употребления «зеленого» человек становится наркоманом. И привыкание происходит гораздо быстрее, чем к алкоголю или никотину. Каждый последующий прием лишь усугубляет болезнь, делает ее необратимой.



Последствия:

ОПИУМ, МОРФИН, ГЕРОИН

- психические сдвиги, полная физическая деградация, при передозировке - смерть.

ГАШИШ, МАРИХУАНА - ослабление физических и психических способностей, депрессия, склонность к самоубийству.

КОКАИН - развитие мании преследования, склонность к насильственным действиям, физическая деградация, сердечная недостаточность, смерть.

ЛСД - развитие скрытых психозов, угнетающие галлюцинации, приводящие к самоубийствам.

ПСИХОТРОПНЫЕ ВЕЩЕСТВА - нарушение работы кроветворных органов, функции почек, печени, органов дыхания.

ОТВЕТСТВЕННОСТЬ. Сбыт наркотиков - до 10 лет лишения свободы с конфискацией имущества, а сбыт в особо крупных размерах или групповой сбыт в виде промысла - до 15 лет.

Содержание наркопритонов - от 5 до 10 лет с конфискацией имущества. Повторные действия и вовлечение несовершеннолетних - от 7 до 12 лет.

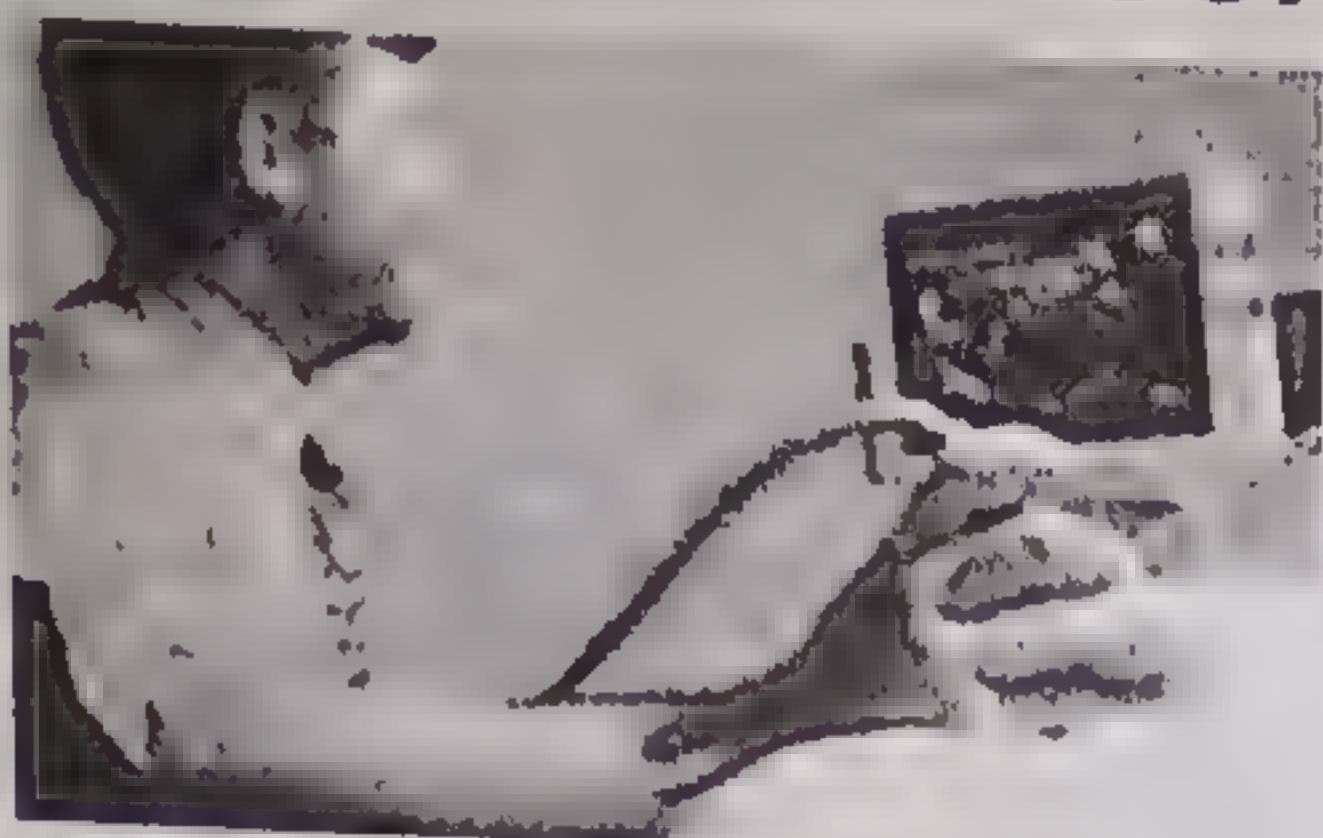
Изготовление, перевозка, пересылка наркотиков без цели сбыта - до 3 лет лишения свободы.

За употребление наркотиков уголовной ответственности не предусмотрено. Расплачиваться за это приходится исключительно собственным здоровьем и жизнью...

Владимир ВЕСЕЛОВ

С безрассудными много не говори, и к неразумному не ходи

Маленькие дети рождаются у феминисток



В рождении детей с низкой массой тела может быть виновато соперничество между мужчиной и женщиной. Как установили ученые из Кембриджского университета, рождение маловесных детей является своеобразным эволюционным механизмом, который помогает женщине передавать свои гены через поколения. Для мужчин, наоборот, выгодно рождение «богатырей».

Эти механизмы, по мнению исследователей, сложились еще в те времена, когда рождение множества детей могло ставить здоровье женщины под угрозу, поэтому именно женщины, рожаящие маленьких детей, имели больше шансов оставить достаточно потомства. В то же время мужчины, кото-

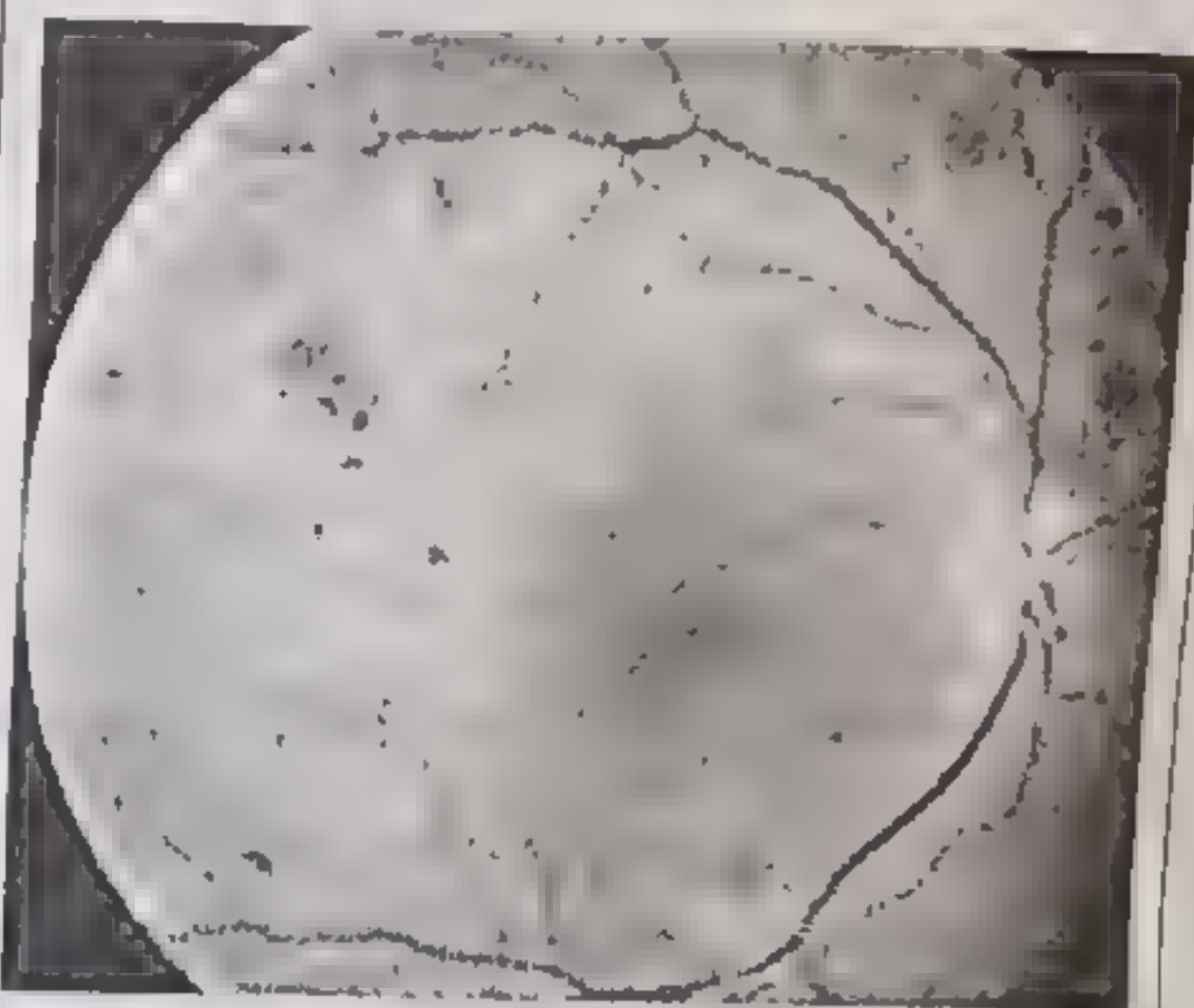
рые могли иметь детей от многих женщин, были «заинтересованы» в появлении больших сильных детей.

Эта теория соперничества мужских и женских генов нашла подтверждение и на молекулярном уровне. Ученые обнаружили, что активация отцовского гена, который кодирует инсулиноподобный фактор роста, способствует увеличению плаценты и лучшему питанию плода. От мышей без этого гена в эксперименте ученые получали мышат, отличавшихся низким весом.

Исследователи предположили, что у женщины также может иметься ген, помогающий передаче наследственной информации в поколениях за счет уменьшения массы ребенка. Среди наиболее вероятных кандидатов на эту роль они называют ген RARP-A. Анализы на это вещество могли бы помочь в раннем выявлении и лечении детей, которым грозит задержка внутриутробного развития.

Белые ночи защищают от слепоты

Включенный ночник позволит избежать опасного осложнения сахарного диабета. Как установили британские ученые, сон в освещенном помещении защищает от развития диабетической ретинопатии, которая может приводить к потере зрения. Они полагают, что это связано с особенностями потребления кислорода глазом в условиях адаптации к темноте.



Считается, что повреждение сетчатки происходит из-за недостаточного поступления кислорода. У диабетиков часто наблюдается нарушение кровоснабжения из-за поражения сосудов, вот почему у них это заболевание наблюдается чаще. В темноте во время сна потребность в кислороде возрастает, в результате чего сетчатка может пострадать и разовьется ретинопатия.

В ходе исследования ученые наблюдали за семью добровольцам с сахарным диабетом второго типа. Было установлено, что свет, проникающий через веко, препятствует адаптации к темноте. Это помогает снизить потребность сетчатки в кислороде и свести к минимуму риск развития ретинопатии.

Как отмечает профессор Драсдо, «так как свет, проникающий через закрытые веки, достаточен для подавления темновой адаптации, полученные данные подкрепляют предположение о том, что пациентам с диабетом пойдет на пользу изменение ночного освещения во время сна с целью снижения потребности сетчатки в кислороде».

Представители британской благотворительной организации Diabetes UK приветствовали идею проведения подобного исследования, но отметили, что потребуются дополнительные исследования.

Йогурт защищает от кариеса

Вести профилактику кариеса можно при помощи йогурта. Как установили шведские ученые, использование специальной бактерии из кисломолочных продуктов позволяет добиться значительного снижения разрушения зубов за счет угнетающего действия на обитающий во рту микроб. Правда, йогурт должен содержать специально выращенные бактерии.

В ходе исследования, ученые модифицировали лактобактерию для того, чтобы вырабатывать антитела к бактерии *Streptococcus mutans*. Этот микроб превращает сахар в ротовой полости в молочную кислоту, которая разрушает зубную эмаль и приводит к кариесу.

В течение двух недель бактерию включали в рацион лабораторных крыс, при этом было отмечено значительное снижение количества *Streptococcus mutans*. Ученые также заметили, что полезная лактобактерия обнаруживалась в ротовой полости животных даже спустя неделю после окончания лечения. Было зафиксировано и снижение числа случаев кариеса.

По мнению исследователей, эффективность генетически модифицированной лактобактерии в сочетании с длительным пребыванием ее в ротовой полости позволяет говорить о ней как о возможном способе борьбы с разрушением зубов. Испытания нового метода, однако, могут затянуться на годы.



Самоисцеление и долголетие № 14

Счастливое число

Дорогая редакция!

Пишу тебе потому, что не могу больше молчать. Вообще по жизни я несчастливый человек. Не везет и по крупному, и по мелочи. Что я имею в виду? Если задумаешь что-то сделать, обязательно не сделаешь, не получится: купить вещь, продукт, обязательно их нет в магазине или на базаре. Это, знаете, больно. Все на нервах. А уж по-

крупному - и того более.

Я потерял работу и не мог никак устроиться. 35 лет моей жизни прошли в борьбе за более лучшее место под солнцем. Но успехов не было.

Купил я пароль «Счастливое число». Честно говорю, такого поворота в своей жизни я не ожидал.

Я нашел работу по сердцу, зарплата довольно высокая. Три раза

уже выиграл в лотерею. Дважды получал поощрительные суммы (раньше это называли премиями) за работу, т.н. «рацпредложения».

Финансовое положение мое значительно улучшилось. Тем более поднялось моральное настроение, моральный дух.

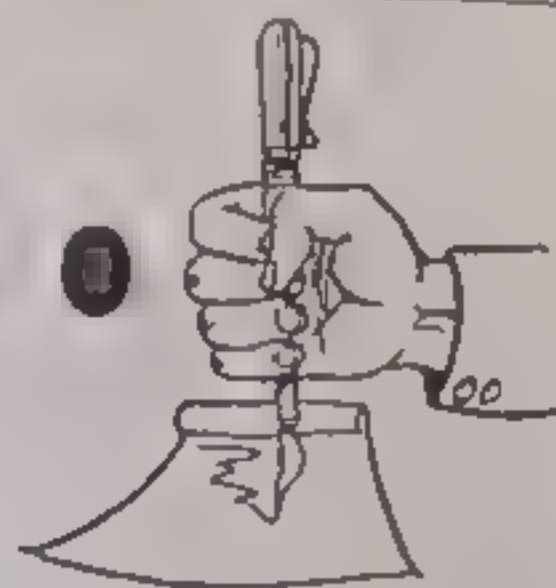
Я очень благодарен редакции за подсказку купить пароль. Желаю вам всего хорошего.

Спасибо.

Алексей ЖУРЧЕНКО

г.Полтава

Нам пишут...



... Вы снимете груз с души

Уважаемая редакция!

Выписываю вашу газету, она мне очень нравится и помогает. У нас семья: муж и двое детей. В молодости муж мой «хорошо» гулял, но я терпела из-за детей. Потом вроде жизнь наладилась. Выросли дети. И вдруг, как говорится, «седина в голову, бес в ребро». Муж снова загулял. Я решила, что теперь мне нечего терпеть, хватит, буду разводиться. Но в газете «Самоисцеление и долголетие» я не раз читала о ясновидящем В.Соломине, что он помогает людям. Думаю, чтобы не травмировать детей, пойду к Соломину, поможет и мне. Пошла я к нему на прием.

Ясновидящий рассказал мне в чем дело, почему не везет, что надо сделать, чтобы в семью вернулись лад, спокойствие, счастливая жизнь.

Сделала все, чему научил меня Владимир Соломин. Буквально сразу изменилась «погода в доме». Сейчас у нас все хорошо, спокойно, жизнь налажена.

Я бесконечно благодарна ясновидящему В.Соломину, хочу сказать людям: обращайтесь к Соломину, вы снимете большой груз со своей души. Этот человек поможет вам.

Спасибо редакции, что публикует статьи о таких людях и помогает всем нам, облегчает наше существование.

С любовью к вам

Светлана КАРПЕНКО

г. Краматорск

... Он вернул меня к жизни

Большое спасибо доктору Качуку Валерию Яковлевичу, что он вернул меня к жизни. Внесли в его кабинет меня на руках, без сознания. Вышла сама! Чувствую себя отлично. Искренняя благодарность за хорошую организацию и доброе отношение помощникам Владимира Андреевича.

Татьяна П.

г. Краматорск

Борьба с избыточным весом

Уважаемая редакция!

Ваша газета помогла мне, за что я очень благодарна ей.

Мне 32 года. Рост 160 см, а вес был, страшно сказать, 85 кг. Для меня это было очень тяжело: ходить, заниматься хозяйством, особенно тяжело на кухне, где проводишь основное время.

Я купила пароль «Снижение избыточного веса». Сначала вроде бы никаких изменений. Но прошло 2 месяца и я почувствовала облегчение. За это время я похудела почти на 10 кг.

Я продолжала пользоваться паролем и за месяц еще ушло 4,5 кг.

Какое облегчение! Как стало все легко и просто.

Еще немного, войду в свою норму и тогда не буду пользоваться паролем. Но душу согревает, что он есть и им можно воспользоваться в любой момент.

Спасибо вам, всего вам самого наилучшего.

Елена ГОРДИЕНКО

г.Херсон

ПОЛЕЗНАЯ СТРАНИЧКА

КОНКУРС ДЛЯ ПОДПИСЧИКОВ УСЛОВИЯ

Участвуют читатели газеты, подписавшиеся не менее чем, на 6 месяцев.

1. Необходимо собрать отрывные талоны газет с №13 по №18 за 2002 год (итого 6 штук.)

2. Заполнить произвольно клеточки ☒ ☐

ОТРЫВНОЙ ТАЛОН

№14			
-----	--	--	--

3. В восемнадцатом номере будет опубликован **особый купон**, который необходимо в произвольном порядке заполнить, наклеить все отрывные талоны и выслать в редакцию по адресу: **83087, г. Донецк, а/я 2314, (в России - 111141, г. Москва, а/я 473, Краснобельмова Н.Б.)**, вместе с копией квитанции о подписке.

4. Все победители будут награждены главным призом: «ЛЮСТРОЙ ЧИЖЕВСКОГО».

ПРИЗОВОЙ КУПОН

Участвуют
ОТРЫВНЫЕ
ТАЛОНЫ
ГАЗЕТ
с №7 по №12
за 2002 год.

№12	X	0	X
№10	X	0	0
№11	X	X	X
№9	0	X	0
№7	X	0	0
№8	X	0	0

Дорогие читатели!

Чтобы купить предлагаемые нами товары для здоровья, Вам необходимо выслать почтовым переводом необходимую сумму по адресу: **83087, г. Донецк, а/я 2314, получатель - Колесник К. С.** На почтовом переводе указать: за что оплачено, сколько, обратный адрес и телефон.

Ниже приводим таблицу цен.

Получение в течение после получения денежного перевода	15 дней	40 дней
1. Люстра Чижевского	450 грн.	400
2. Грязевые маски озера Чокрак	20 грн.	
3. Под-актив	20 грн.	

ПАРОЛЬ «НАСТРОЙ НА ВЫЗДОРОВЛЕНИЕ»

Дата рождения	Имя
Пароль	

ПАРОЛЬ «СНИЖЕНИЕ ИЗБЫТОЧНОГО ВЕСА»

Дата рождения	Имя
Пароль	

ПАРОЛЬ «ДЛЯ ЖЕЛАЮЩИХ БРОСИТЬ ПИТЬ»

Дата рождения	Имя
Пароль	

ПАРОЛЬ «ЛЮБОВЬ»

Дата рождения	Имя
Пароль	

ПАРОЛЬ «СЧАСТЛИВОЕ ЧИСЛО»

Дата рождения	Имя
Пароль	

ПАРОЛЬ «НА ДЕНЬГИ»

Дата рождения	Имя
Пароль	

Слова-пароли - это фактор поддержки своего психометрического кредо в момент преодоления тех или иных препятствий в достижении успехов при движении к желанной цели.

Чтобы заработал пароль, он должен быть индивидуален и его лучше четко астрологически и энергетически определить.

Мы можем помочь Вам в этом, если Вы вырежете вышеприведенный купон и вышлите на наш адрес вместе с почтовым переводом на 5 гривень за каждый пароль (в случае заказа 3-х паролей стоимость составит 12 грн., 6-ти - 22 грн.).

Для России: стоимость услуги - 25 руб. за каждый пароль (в случае заказа 3-х паролей стоимость составит 60 руб., 6-ти - 110 руб.).

Льготы для подписчиков газеты: в Украине стоимость услуги 2 грн. за каждый пароль (в случае заказа 3-х паролей стоимость составит 5 грн., 6-ти - 10 грн.). **В России** 15 руб. за каждый пароль или 25 руб. - за 3 пароля и 48 руб. за 6 паролей. **Только не забудьте выслать также копию квитанции о подписке.**

Деньги переводить по адресу:

В Украине: 83087, г. Донецк, а/я 2314, Колесник Ксения Станиславовна.

В России: 111141, г. Москва, а/я 473, Краснобельмовой Нине Борисовне.

ВНИМАНИЕ! В письмо не забудьте вложить конверт с обратным адресом. Марок должно быть две.

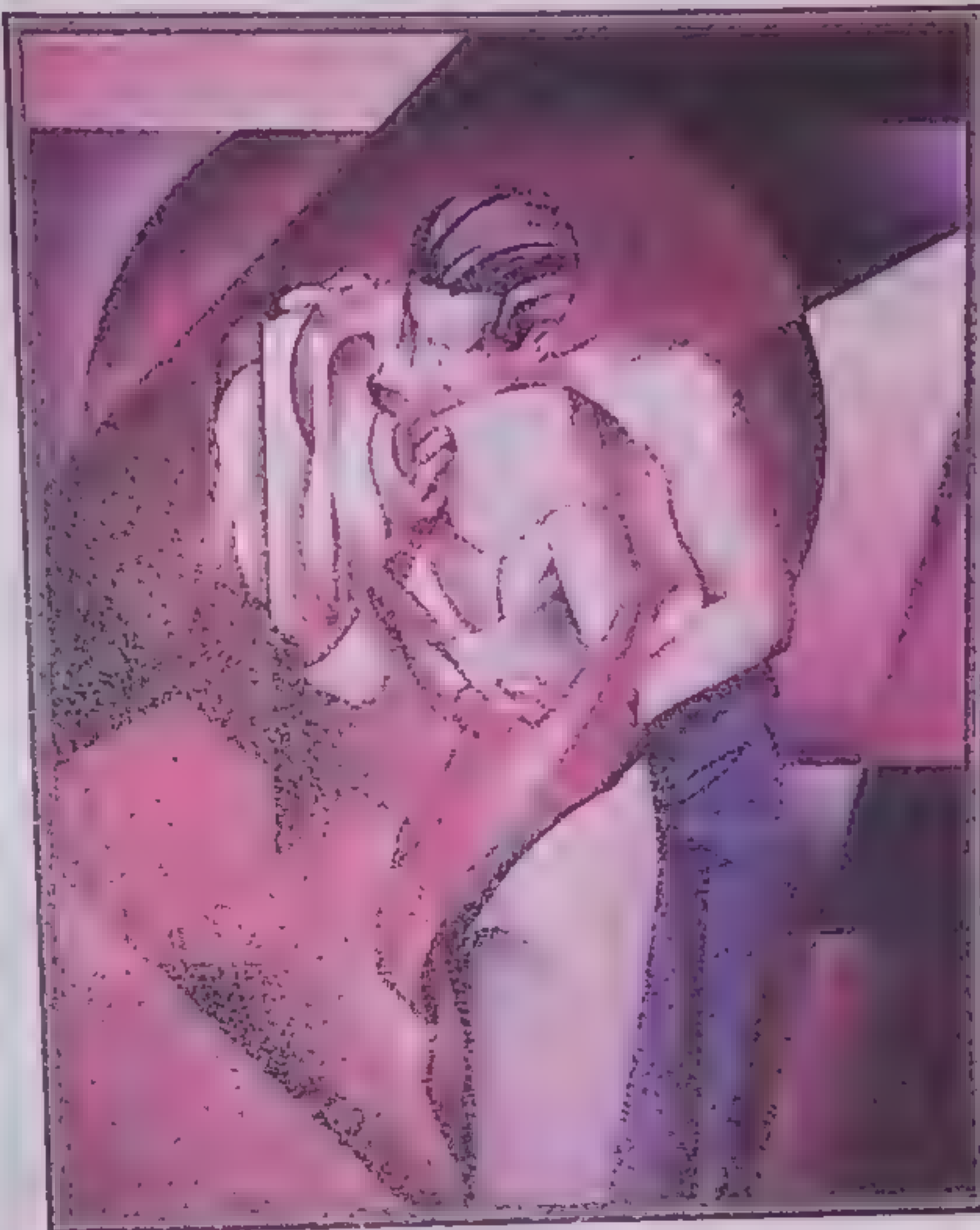
Помните! Что Ваше личное благополучие находится только в Ваших руках, и, используя наши советы, достичь его не составляет особого труда!

АСТРОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОГНОЗ С 1 ПО 20 АВГУСТА

ДЕВЫ, УЛУЧШАЙТЕ СВОЙ ВНЕШНИЙ ВИД, ЛЬВЫ УМЕРЬТЕ СВОИ АМБИЦИИ

Относительно деловой сферы данный период нельзя назвать ни благоприятным, ни негативным. Скорее, это время - не самое лучшее. Если есть возможность, отложите дела до следующего периода - более благоприятного, который начнется 6 августа. А текущие дни больше подходят для творческого самовыражения и реализации творческих планов, этот период хорош для писателей, артистов и других публичных деятелей, желающих заявить о себе. Также хорошо в эти дни устраивать праздники, пикники на природе, различные увеселительные мероприятия. Но будьте осторожны: все мы в этот период будем склонны более, чем обычно заикливаться на собственной персоне и придавать излишнее значение мелочам. Примите на заметку, что в первой половине августа на все спорные отношения будет накладываться печать непримиримости и желание искать виновного где угодно, но только не в себе. Однако все это преходяще. Поэтому не стоит излишне драматизировать события и лучше мудро переждать не столь удачное для выяснений отношений время. Тем более, что в последующем события будут протекать более мягко и помогут сгладить острые углы текущих дней.

В сфере чувств продолжают тенденции предыдущих двух недель - время, не столь романтическое, сколь прагматичное. В интимных отношениях не все гладко - сложно достичь



гармонии и взаимопонимания. В первых, люди будут более эгоистичны, чем когда-либо, а, во-вторых, проблемы и психологические травмы, связанные с предыдущими партнерами, имеют тенденцию всплывать в этот период. Однако уже с 7 августа владычица любви Венера будет более благосклонна к влюбленным.

Покупку новых вещей, украшений, предметов искусства или антиквариата лучше отложить также до дней, следующих за 7 августа - и послужат дольше, и радости доставят больше.

Родившихся под знаком Девы будет донимать желание тем или иным образом улучшить свой внешний

вид, хотя бы при помощи обновки.

Особо стоит отметить данный период для представителей знака Льва - их будет буквально распирает от неумеренной активности и желания показать всем свое "Я". Хотя и действительно, для них начинается благоприятный период, который продлится следующие 13 месяцев. Они смогут вырасти в социальном плане, воплотить многие из своих замыслов в жизнь. Главное - это, чтобы такие намерения имели целью долгосрочные перспективы и не были связаны с криминалом, тогда звезды будут более благосклонны к их реализации. Однако учтите, дорогие Львы, что Вы можете стать излишне требовательны и авторитарны со своими близкими и этим неумышленно обидеть их, тем самым, лишившись их поддержки. А текущие недели

постарайтесь не ввязываться в конфликты и не провоцировать таковые с окружающими.

Первая половина августа несет на себе отпечаток повышенной пожарной опасности, а также травм от острых предметов. Берегите от травм позвоночник, а также позаботьтесь о своей спине - у многих обострится остеохондроз. Людям, страдающим заболеваниями сердечно-сосудистой системы также стоит посоветовать позаботиться о своем здоровье: сама по себе июльская жара несет риск обострения подобных заболеваний, но еще и расположение планет не благоприятствует им.

Звездочет ВЕГА

В Украине: рег. уд. KB 2847 от 3.10.97
Учредитель и главный редактор КОСТАНДА С. Я.

В России: рег. № 018633 от 25.03.99
Учредитель Мозжухина А.Н.
Издатель и редактор: Краснотельмова Н. Б.
111141, г. Москва а/я 473

E-mail: kostanda@mail.ru; iskra_ua@yahoo.com
<http://www.zona.com.ua/www/index.htm>

Главный редактор КОСТАНДА С.Я.
Отпечатано в "Типографии Михайлова"
г. Смоленск

3 5574 Тираж 8500 экз. Общий тираж 18000 экз.

Мнение авторов может не совпадать с мнением редакции. Перепечатка статей — с разрешения редакции.
Рукописи не возвращаются. Просьба: не использовать газету в хозяйственных целях.
Если она вам не нужна, подарите ее друзьям или соседям.

№ 17 сентябрь 2002 г.

Медицина. Альтернативный подход

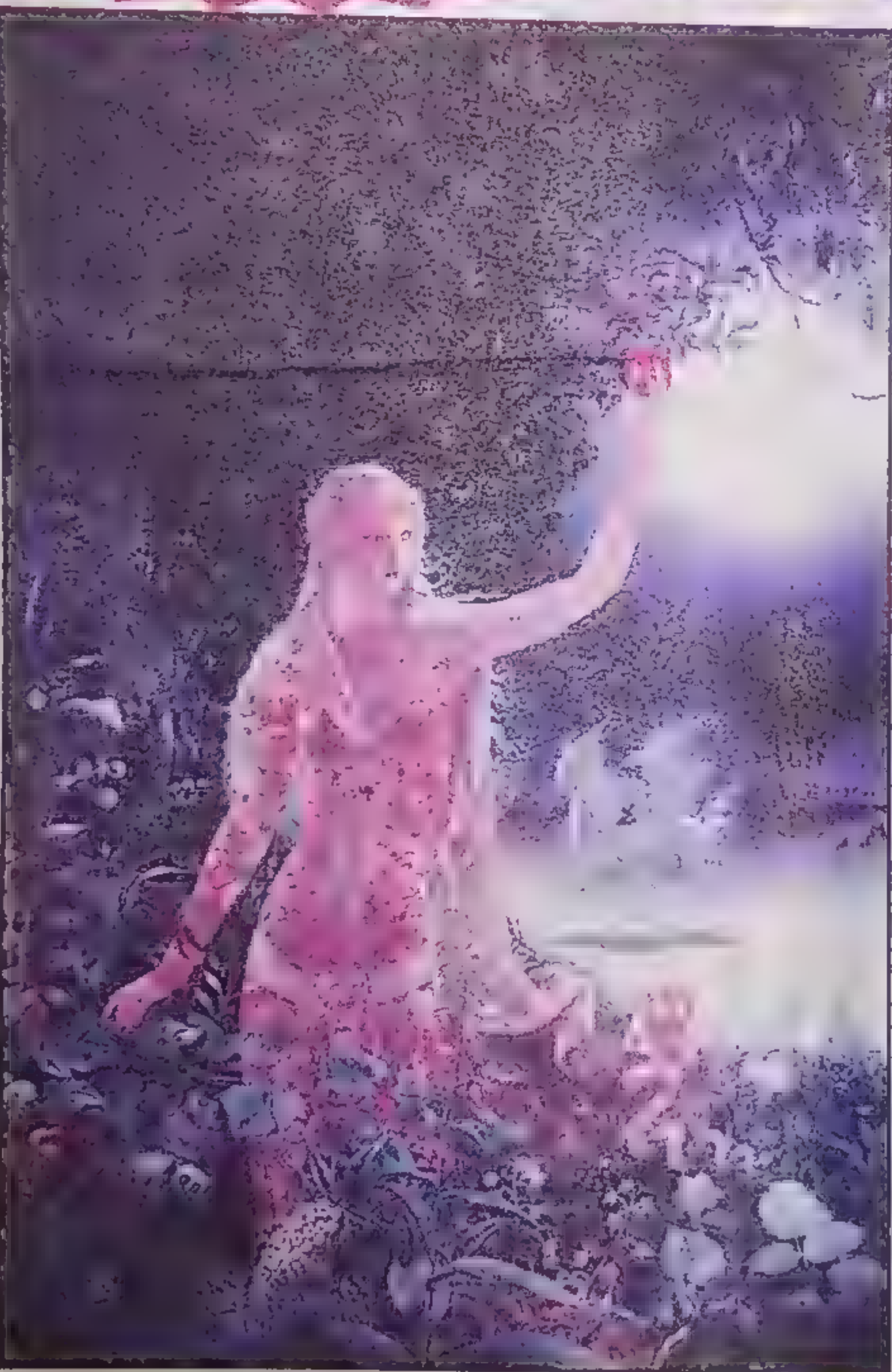
САМОИЩЕЛЕНИЕ ДА ОЛГОЛЕТИЕ

Основана в 1994 году, выходит 2 раза в месяц

Подписной индекс:

для Украины 41332
для России 79671

Аллергия - новые подходы к лечению



ФЕНОМЕН!!! Она исцеляет взглядом

*По совету
бабушки...
он ЗАБОЛЕЛ*

Когда
морозник
ОПАСЕН

Высушенную
ЖАБУ положить
на **ОПУХОЛЬ**

Чудесные рецепты от склероза,
аллергии, подагры, отложение солей
ГОЛУБЫЕ проблемы

№ 17 (сентябрь) 2002 год

В номере:

Слово к читателю Безнадега, безнадега	2
Духовное исцеление «Распалась связь времени»	3
Тайны фитотерапии Опасные рецепты	4
Глас народа Эффективность гарантирована	6
Быт и здоровье Носите натуральное	7
Рецепты по сезону Добавляй в соки мед	8
Слово практикующему целителю Аллергия и не только	10
Вредные советы Совесть убийцы	12
Паутина алкоголизма Это болезнь или не болезнь?	13
Ликбез для простаков Биодобавки	14
Клуб феноменов Она исцелила меня взглядом	16
Кроха Главное - здоровье	18
Нежеланные дети	19
Неординарное Легко ли быть... Голубым?	20
Уроки интимной жизни Сексуальное здоровье	21
Профессиональные секреты «Терпеть не могу икоты...»	22
Листая старые страницы Друзей любят не за красоту Жаба	23
Психическое здоровье Загадка воображаемого уродства	24
Чудо-травки Морозник - лекарство или яд?	26
Здоровое питание Дыня	27
Доктор интернет	28
Алло, скорая!	29
Обратная связь	30
Полезная страничка	31
Астрологический прогноз Без труда	32

Почему человека так легко обмануть? Особенно, когда речь идет о его здоровье. Вы скажете, что люди доверчивы, и будете, в сущности, не так уж неправы. И все же самое главное не это. Причина лежит в несколько иной плоскости. Как показывает наш опыт общения с читателями, люди привыкли надеяться на чудо. И произойти оно должно именно с ними.

Безнадега, безнадега, от тебя к надежде долгая дорога

При этом самому напрягаться вовсе не обязательно, все произойдет само собой. Не нужно делать зарядку по утрам, соблюдать режим питания, воздерживаться от табака и алкоголя. Достаточно пищевую добавку глотнуть, уши керосином протереть, полить голову мочой верблюда, прочитать верный заговор и ты уже здоров, счастлив. А там и инопланетяне прилетят - деньги падкинут. Только надеяться надо. На чудо. Пусть на самое, что ни на есть, невероятное.

А вот теперь немного статисти- ки. Ни на кого из 1000 человек, нами опрошенных, никогда ничего с «неба не упало», да и в графы Мон- те-Кристо никто не вышел. Бывали случаи, что кто-то оказался в нуж- ное время в нужном месте, но это единицы. Зато на удочку мошенни- ков попадались 99% интервьюиро- ванных, многие неоднократно. По- чему? Большое количество публи- ки охмурили торгующие воздухом гастролеры-целители - всякие ба- бушки, дедушки, матушки, сестри- цы.

Или возьмите растущие как гри- бы после дождя всевозможные сек- ты, сулящие рай земной всем, кто в них вступит. Именуют они себя громко «церквами» на самом же деле - просто оборотистые инди- виды, мечтающие о крупной денеж- но-вещевой поддержке из-за рube- жа. (Помните: «Заграница нам по- может?») Было это уже, господа, было). В одной только Донецкой области таких «церквей» на 01.01.2002 года было зарегистри- ровано управлением юстиции более тысячи. И, что характерно, все ре- гистрируются как общественные

организации. Это потом они имену- ют себя в миру «церковью».

И живут ведь руководители их весьма безбедно, газеты издают, журналы печатают. Законен вопрос: «А гроши откуда?». А с доброволь- ных пожертвований доверчивых прихожан, с их небольших зарплат и пенсий. И ведь верят же всем этим новоявленным пасторам и проповедникам, верят! И ждут, ког- да же манна небесная посыплется.

Ясновидающий Владимир Соло- мин как -то в разговоре со мной от- метил интересную тенденцию. Большинство обращающихся к нему просят помочь выиграть в лотерею, найти спутника жизни или получить богатое наследство, а вот порабо- тать в поте лица своего мало кому хочется. И сколько ни объясняй та- ким, что выполнение их просьб за- гранью человеческих возможностей, не верят. Как не верят и в то, что смогут сами нормально зарабо- тать, а суженый живет рядом. Как же это получилось, что мы образо- вали общество людей - безнадеж- ных бедолаг или бедолажных без- надег, не верящих в свои возмож- ности. В возможности, данные ма- тушкой природой, каждому.

Дорогие наши читатели! Попро- му! В ком еще здравый смысл есть, поверьте в себя, обретите надежду самостоятельно бороться с житей- скими неурядицами, выйти на пра- вильную дорогу жизни. А уж где она - это вам душа подскажет. Верьте ей - она не ошибется. А что до здо- ровья, так его никто не подарит и не продаст - сами берегите, при- умножайте.

Удачи нам всем!

Светлана КОСТАНДА

«Распалась связь времен»

«Распалась связь времен» — и все стало распадаться на разобщенные половины вопреки законам природы и доводам разума: прошлое — природа, настоящее — Восток — Запад, человек — природа, разум — чувство, время — пространство, наука — культура, народ — человечество, человек — другой человек, и, наконец, человек внутри самого себя. И человек стал думать, как бы опять поставить все на место в этом неудобном мире. И показалося ему, будто не он виноват в том, что теряет почву под ногами, будто сама природа отеклась от него, и закончилось его безбедная жизнь, если «блудный сын» не опомнится.

Но могло ли быть иначе?

В природе все едино, существуют разные стороны, разные функции одного и того же. Скажем, закон функциональной асимметрии правого и левого полушария есть условие нормальной жизнедеятельности целого — человеческого мозга или самого человека. Природа побеспокоилась, чтобы полушарий было два, и, значит, оба нужны для нормальной эволюции человека. Правда, в последние века развивалось по преимуществу левое, логическое, рациональное, в ущерб правому, образному, интуитивному. Получился перекос, за что и приходится расплачиваться, сдерживая бунт молодежи против чрезмерной рационализации бесчувственного мира. Ведь если функционалирует лишь одно полушарие, то оно не только не будет развиваться быстрее (хотя, казалось бы, почему бы и нет?), а, напротив, атрофируется, как всякая односторонность, или носителем этого мозга будет уже не человек, а робот.

В природе все двойственно, амбивалентно. Но если принимать во внимание лишь одну сторону, выдавая часть за целое, а вторую сторону подвергать обструкции или уничтожению, чтобы «не смущала ум», не мешала этой «части» взглянуть на «целое», то ничего хорошего не получится, и для этой «привилегированной части» в том числе.

При гибели одной неизбежно гибнет и другая, только одна, может быть, насильственно и сразу, другая — естественно и не сразу, но гибнет неизбежно, по закону Целого: часть, отпавшая от целого, утратившая с ним связь, этим целым отторгается. Принцип мышления «или то, или это», тип «усеченной логики», которая принимает во внимание

И что есть добро и зло?

Привычно думать, что зло не укоренено в бытии и, согласное христианству, и согласное буддизму, добро лишь реально —

но существует, зло же творится — это плоды неведения (авидьи), козны дьявола. И Августин, вслед за неоплатониками, понимает зло как умаление добра, но ежели будет продолжаться это умаление, то и добро может дойти до полного своего исчезновения. Коварство дьявола именно в том, что он рядится в праведника. Я уже как-то приводила пример — Сатана в дантовом «Аде» тоже имеет три лика, но они воплощают не любовь, а ненависть, не всемогущество, а бездушие, не мудрость, а невежество.

Не пора ли вернуться к мысли: откуда все же зло, в чем его причина и есть ли от него спасение? Гете: «Чем больше Люцифер сосредоточивался в самом себе, тем было хуже ему и всем духам, которых он лишил радости сладостного восхождения к их первоисточнику. Так свершилось то, что мы зовем отпадением ангелов... Поскольку же все зло, если пропустить так называть его, пошло от Люциферовой односторонности, то вполне понятно, что соответствующим им бытию не доставало лучшей его половины».

Но и с принципом «или то, или это», с заклантой «односторон-

ности» не так все просто. Он может служить и богу и дьяволу, в них случаях разрушает и созидает. Положим, что в Сказании писании говорится: «да-да, нет-нет; что сверх того, то от лукавого», то это значит, что невозможно служить «одновременно богу и мамоне», сохранять честь, служить бесчестию. Есть предельные ситуации, когда нужно сделать выбор, чтобы остаться человеком, не перейти черту, не «продать душу дьяволу». Не случайно эта тема не дает покоя писателям на протяжении многих веков. Что уж говорить о XXI! Есть нечто «неделимое» (лат. «индивидуум»), это — душа человека, нечто сокровенное в нем, его сущность, то, что нельзя отдавать по частям. Можно и нужно делиться знанием, его не убудет, наоборот. Но можно ли поступать

таким, что делает этого человека этим человеком? Тогда все, что ни делается «остатком» человека, теряет смысл. Все внешнее разрушается, если нарушено внутреннее, «монада личности». Потому-то дьявол и не хочет ничего другого, кроме души. Это единственное, чего ему не хватает. Потому и сказано от века: «Какая польза человеку, если он приобретет весь мир, а душе своей повредит?» (Мф. 16: 26).

Но жизнь поистине не терпит обмана, и ни один не будет забыт

Здесь уж связи не помогут. Рано или поздно, все становится на свои места, и некуда приткнуться антилогике, порождающей антижизнь, антилюдей. Сказывается прозрение Протагора: «Человек есть мера всех вещей как существующих, так и не существующих...». Человек, в конце концов, поднимает бунт против того, что становится на его место, посягая на его возможности, превращая из цели в средство. Такова всеобщая «мера», или объективный закон вещей, благодаря которому и сохраняется порядок в мире, хотя и можно говорить об этой «мере», как о возможности.

Татьяна ГРИГОРЬЕВА

Что есть человек и что польза его? Что благо его и что зло его?

ТАЙНЫ ФИТОТЕРАПИИ

Во многих восточных медицинских трактатах, специально оговаривалось: чья именно традиционная медицина рекомендует это средство, ибо в странах, расположенных подчас в разных концах земного шара, в разных климатических, почвенных и биологических условиях, один и тот же вид растения имел, конечно же, различные наборы биогенных соединений. Так, греческие врачи считали естество аконито «горячим и сухим в четвертой степени», а индийская медицина — «холодным в четвертой степени».

без вредных последствий, а то ведь вполне может случиться и «до смерти — четыре глотка». Ибо восторгов популяризаторов заслуживают, конечно же, самые сильнодействующие травы, а где сильное действие — там и дозировка должна быть оптимальной. Меньше, как правило, попусту; больше, как правило, вредно. Иногда и опасно.

ОПАСНЫЕ РЕЦЕПТЫ



Что грозит тем,
кто пользуется рецептами
неведомой
бабушки-знахарки.

Рецепт-то может быть и совершенно правильным, и снадобье, приготовленное по нему, действительно обладало целебными свойствами, да беда-то вся в том, что **НАРОДНЫЕ НАЗВАНИЯ РАЗЛИЧНЫХ ВИДОВ РАСТЕНИЙ В РАЗНЫХ МЕСТНОСТЯХ СХОЖИ, А ИНОЙ РАЗ ДАЖЕ ИДЕНТИЧНЫ.**

Например, в Пермской области зверобоем в народе называют кустарник рабитника русского. В Кировской области зверобоем называют обыкновенный шлемник из семейства губоцветных, ничего общего со зверобоем продырявленным не имеющий даже по внешнему виду. А на Украине, в Киевской области, зверобоем именуют в народе большой чистотел — растение чрезвычайно ядовитое. И если киевляне по рекомендации своих, скажем, московских друзей «для поднятия тонуса» или избавления от каких-нибудь недугов начнут попивать чаек из «киевского зверобоя» — возможен летальный исход. Если вовремя не поспеет «скорая помощь».

Опасность в данном случае усугубляется еще и тем, что во многих популярных изданиях оба эти совершенно разные по внешнему виду и при-

надлежащие к разным семействам растения описываются практически одинаково, и даже ботаник, пожалуй, не разберет — что есть что.

**Опасайтесь советов:
Мой сосед употребил
и выздоровел**

Всегда немало удивляюсь какой-то беспардонной смелости некоторых предприимчивых популяризаторов лекарственных растений без всякого сомнения, даже тени его, с восторженным захлестом переписывающих то старинные лечебники, то современные научные издания с рекомендациями (а описывать целебные свойства — уже значит рекомендовать), при каких болезнях помогает то или иное растение.

Причем чаще всего опускается наиважнейшее — какая именно часть его — корневище, надземная часть или цветы только должны употребляться и как именно — в настоях, отварах, настойках или вовсе в порошке; сколько надо взять, да в чем и в какой именно емкости развести, какими дозами принимать — словом, то, что гораздо важнее самых наилучших (а они и этим не блещут) славословий. И совершенно не думают, какую опасность представляют такие советы.

Как утопающий за соломинку хватается, так измученный болезнью человек за травку, разрекламированную безудержно-восторженным этим славословием. Не имея даже приблизительного представления — сколько ее взять, что и как применять, — на свой страх и риск пробует. Хорошо, если обходится

**Словом, самолечение —
чрезвычайно опасное
предприятие.**

Даже в том случае, если — как это бывает у авторов серьезных и достаточно ответственных изданий — рецептура содержит все нужные прописи, оно, чаще всего, бесполезно. **А БЕСПОЛЕЗНОЕ ПРИМЕНЕНИЕ ЛЕКАРСТВ, КАК МЫ УЖЕ ЗНАЕМ, ЗАТЯГИВАЕТ БОЛЕЗНЬ И УХУДШАЕТ СОСТОЯНИЕ ОРГАНИЗМА.**

Фактор времени

Бесполезность определяется не самим тем или иным растением или составом из них — как правило, в серьезных трудах содержится только проверенная, иной раз лично автором, рецептура, — а зачастую неверным временем сбора целебных трав, неправильным приготовлением и незнанием часов приема снадобий.

Как правило, в серьезных трудах время сбора определяется вообще — надземную часть рекомендуется собирать во время цветения: «май — июнь», а то и вовсе — «май — август».

Такая «точность» очень далека от той, которая действительно необходима при сборе Целебных трав. Ибо они — не пилюли, изготавливаемые на фармацевтической фабрике, которые, в какое бы время месяца или года ни зачерпнул пригоршней, все имеют один и тот же химический состав, одни и те же свойства.

Травы — живые существа, и изменяют свой состав и по временам года, и по дням месяца, и даже по часам суток. Ибо жизнь — это непрерывное изменение.

Еще в 1944 году исследователь

ТАЙНЫ ФИТОТЕРАПИИ

О. Семенова выявила, что поглощение, а значит, и накопление минеральных веществ, таких, как фосфор, калий, кальций, зависит от возраста растений. Наиболее интенсивно этот процесс идет в молодом – до выброса боковых побегов – возрасте. Дальше поглощение не только снижается, но даже происходит выделение калия

разное время, могут служить для разных лечебных целей. Скажем, при запорах или несварениях желудка июньские листья попросту опасны из-за вяжущих и ингибирующих свойств концентрированных танинов. А между тем, согласно прописи, собирают «молодые листья дуба», но и в середине июня они достаточно молоды.

НЕВЕДОМОЙ БАБУШКИ

и кальция в окружающую среду. Таким образом, растения в разное время года имеют и различный минеральный состав.

И не только минеральный: например, картофель в ответ на нападение колорадского жука начинает синтезировать защитное биогенное соединение. Точно так же поступают и многие другие растения. Хорошо это было исследовано при наблюдениях за взаимоотношениями дуба и гусеницы пяденицы зимней.

Гусеницы весной очень охотно кормятся на дубах, поедая молодые листья. Но в середине лета вдруг совершенно неожиданно (для ученых, конечно) покидают дубы. Объяснить этот факт истреблением гусениц птицами не удалось. Тогда решили исследовать майские и июньские листья дуба на содержание биогенных химических соединений. В летних листьях оказалось резко повышенное содержание танинов. Причем с помощью хроматографии выяснилось, что различия имеются не только в количестве, но и в качественном отношении: взрослые листья имели большее увеличение числа компонентов фракции танинов. А поскольку эти биогенные соединения блокируют в пищеварительном тракте животных вообще и гусениц в частности переваривание белковых веществ пищи, гусеницам, как и колорадскому жуку, ничего не остается делать, как убежать от столь негостеприимного и нехлебосольного хозяина, чтобы не умереть с голоду.

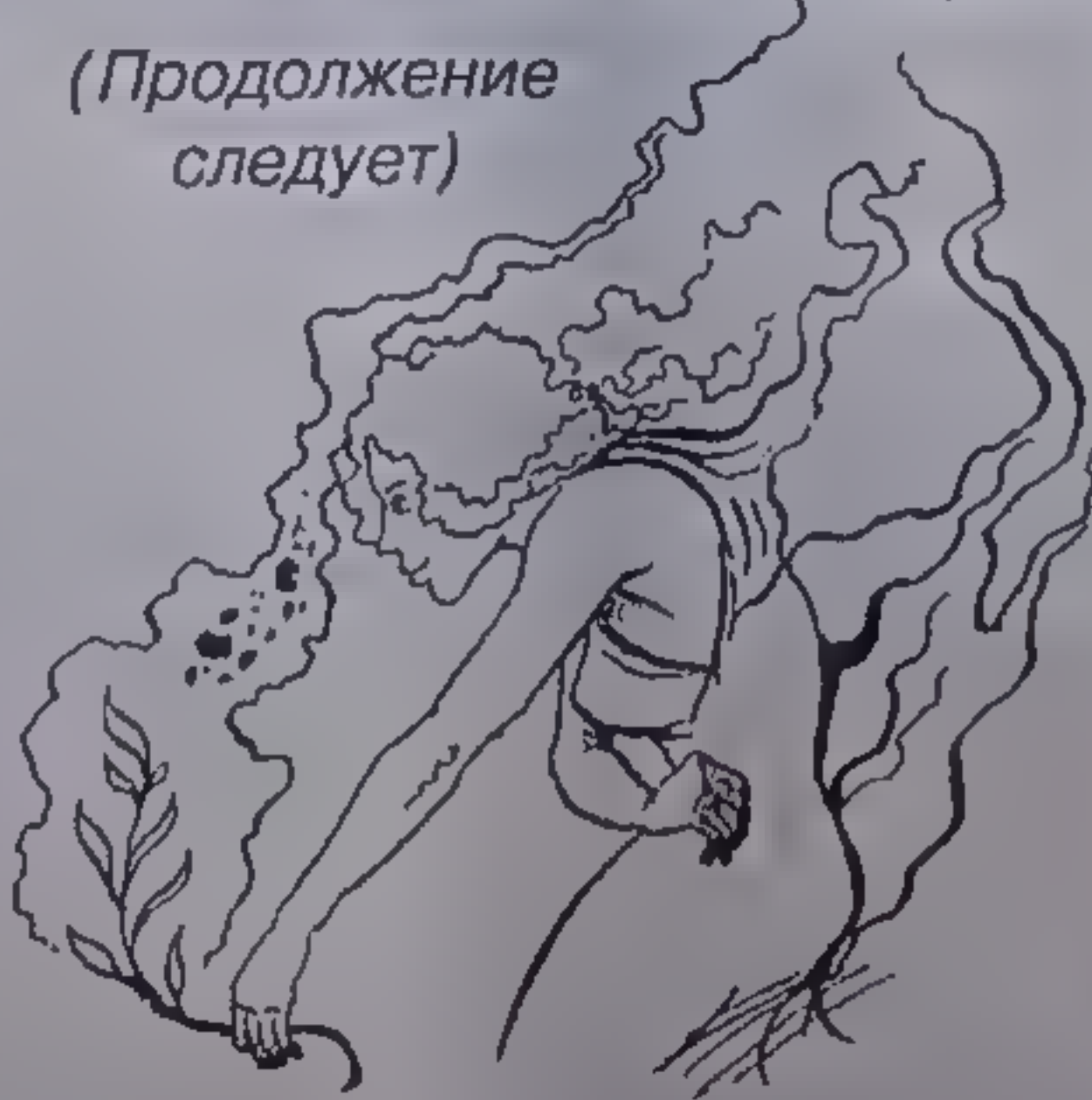
В ЗАВИСИМОСТИ ОТ МЕСЯЦА СБОРА МЕНЯЮТСЯ И ЦЕЛЕБНЫЕ СВОЙСТВА РАСТЕНИЙ. Так, листья одного и того же дуба, собранные в

Травы, цветущие с мая – июня по август – сентябрь, по меньшей мере несколько раз меняют комплекс биогенных соединений, находящихся в них. В августе – сентябре ночи становятся холоднее, и растения начинают накапливать в своих тканях сахара – глюкозу, фруктозу, сахарозу и олигосахариды.

Каждый из нас знает, что душистый табак, ночная фиалка, другие цветы гораздо сильнее пахнут к ночи. Знает и объяснение тому – для привлечения ночных насекомых-опылителей. Но вот далеко не каждый задумывался над тем, почему запах становится интенсивнее. Это ведь не пузырьки с духами, который открыл, и полился аромат. Для того, чтобы всегда открытый «пузырек» цветка начал источать запахи в нужное время, растению необходимо именно к этому времени начать усиленно синтезировать ароматические соединения – и не один-два, а сотни.

Виолетта ГОРОДНИЦКАЯ

(Продолжение следует)



ЛЕКАРСТВЕННЫЕ РАСТЕНИЯ

ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ СКЛЕРОЗА

Эта коварная болезнь (особенно кардиосклероз) так и косит ослабленный нашей разнесчастной жизнью люд. **СКЛЕРОЗ** поражает все органы и ткани человеческого тела, всего организма.

Предлагаю Вам свои рецепты.

Для профилактики и лечения склероза хорошо помогает женьшень. Настойка продается в аптеках 1 ч.л. на 0,5 ст. кип. воды. Пить 3 раза в день до еды. Мы употребляем и спирулину с женьшенем. 2-5 г в сутки в два приема, за 20 минут до еды – 1 месяц.

Настойка чеснока: 300 г. положить в пол-литровую банку и залить спиртом (можно водкой) и закупорить. Подержать 2 недели на солнце. Принимать по 20 капель в 0,5 ст. молока. 50 г чеснока истолочь и залить 1 ст. водки. Настоять 3 дня. Пить по 8-10 капель в 1 ч.л. холодной воды 3 раза в день.

Девясил (корни). Настойка: 30 г сухого сырья на 0,5 л 40% спирта настоять 40 дней. По 25 капель перед едой.

Рябина обыкновенная (плоды), душица (трава) – 20 г, ежевика (листья), шиповник (плоды и листья) – 60 г. Отвар: 1 ст. л. на 1 ст. воды, кип. 1 м, настоять 1,5 часа. Добавить по вкусу мед или сахар. Курс лечения повторить 2-3 раза в год.

Боярышник колючий (плоды), смородина черная (листья) – по 20 г, грецкие (цветки) – 30 г, шиповник (плоды) – 40 г. Отвар: 1-2 ч.л. на 1 ст. воды кипятить 1 мин, настоять 1,5 часа. Пить как чай.

Спирулина с боярышником. 2-5 в сутки, в 2-3 приема, за 20 минут до еды в течение 1 месяца. Примечание: усиливает действие сердечных глинозидов.

ПРИ ЛЕЧЕНИИ КАРДИОСКЛЕРОЗА.

Крапива двудомная (листья). Настой: 1 ст. л. сухого листа на 1 ст. кип., настоять 30 минут. Пить прохладным по 1-2 ст. л. 3 раза в день до еды.

Спирулина с крапивой. 2-5 г в сутки, в 2-3 приема, за 20 минут до еды, в течение 1 месяца. Противопоказания: повышенная свертываемость крови, беременность.

Ландыш майский (цветки). Настой: 1 ч.л. на 1 ст. кип., настоять 30 минут. По 1 дес. л. настоять 1 ч. По 0,25 ст. 3 раза до еды.

Примечание: применение как коронарнорасширяющее средство более эффективно с мятой, чем с Melissa.

С уважением
Г. СКЛЯР

Судьба лепит и мнет как ей заблагорассудится

Задание, полученное мною от главного редактора журнала «Самоисцеление и долголетие», обычным назвать было бы трудно. Мне необходимо было провести небольшой экспресс-опрос людей, которые излечились от тех или иных недугов не совсем традиционными способами. Объектом опроса для меня стала третья поликлиника первой городской больницы, куда я, вооружившись блокнотом, направил свои стопы.

ребировать свои проблемы, и наши мимические мышцы напрягаются, отражая все переживания. Чтобы отключить эмоции, мешающие заснуть, нужно расслабить лицевые мышцы – представьте, что вам на лицо положили теплое влажное полотенце. Следите, чтобы щеки как бы стекали с лица. Сами не заметите, как придет сон.

- Мое имя Владимир. В юности я много занимался боксом. Уставал жутко. Наш тренер всем спортсменам рекомендовал принимать такой **ЧУДОДЕЙСТВЕННЫЙ БАЛЬЗАМ**: 1 стакан кипяченой воды, 1 чайная ложка яблочного уксуса и 1 чайная ложка меда. Все перемешать и добавив одну каплю йода. Принимать раз в день после ужина. Уже через



- Не знаю, кто как, а я предпочитаю для оздоровления **СТАРИННЫЙ ЙОГОВСКИЙ СПОСОБ**, - советует мужчина лет пятидесяти. Суть его вот в чем. В центре ладо-

Эффективность гарантирована!

После 12 часов дня народ в больнице есть, всегда практически каждому охота поговорить о своих болячках, тем более, что в моем лице болящие увидели благодарного слушателя.

- Представьтесь, пожалуйста.
- Олег Георгиевич, пенсионер.
- Вам приходилось лечиться нетрадиционными методами? - Я показал мужчине редакционное удостоверение.

- Как вам сказать. Одно время меня здорово донимала **БЕССОННИЦА**. Засыпаю-то я легко, но часто бывает, что просыпаюсь среди ночи. Это особенно неприятно - даже если уснешь под утро, все равно чувствуешь себя весь день разбитым. Особенно если пару часов поворочаешься без сна. Снотворного я не принимаю из принципа, поэтому изобретаю разные способы заснуть. Вот один из самых эффективных: нужно максимально расслабить мышцы лица. Обычно проснувшись среди ночи, мы начинаем пе-

десять дней вы себя не узнаете. **ПОЯВИТСЯ ЭНЕРГИЯ И СИЛА**. Только детям и беременным это средство не подходит.

- Я представляться не буду, но с читателями журнала поделюсь рецептом **ОТ ОТЛОЖЕНИЯ СОЛЕЙ**. Так еще моя мама лечилась. Берем 300 г стручков горького перца, очищенные зубки чеснока и лимоны с кожурой. Все пропускаем через мясорубку и заливаем 0,5 л водки. Настоять 10 дней в темном прохладном месте. Смесь принимать по столовой ложке 3 раза в день. Курс повторять раз в год.

- Я еще вылечилась не полностью, но **РЕЦЕПТ ОТ ОСТЕОХОНДРОЗА** мне подсказала подруга. Нужно смешать 1 ст. меда, 1 ст. сока алоэ, 1 ст. сока редьки, 1 ст. спирта и 1 столовую ложку горчицы. Из этой кашицы делать компрессы на суставы. Очень помогает.

- Меня зовут Кирилл, - в разговор включается парень с загипсованной левой рукой. Могу подсказать неплохое **СРЕДСТВО ОТ ПОДАГРЫ**. От бабули моей рецепт достался. Нужно взять граммов 300 рисовой муки (можно смолоть рис на кофемолке), 2 г пивных дрожжей и 50 г соли. Все растереть и перемолоть. Этим составом намазать кусок холщовой ткани, привязать к больной ступне и обернуть байкой. Каждые 12 часов повязку менять. Через 3-4 дня боль пройдет.

ни человека скапливается энергия. В левую руку нужно взять стакан с водой, а правой сверху над стаканом делать вращательные движения в течение 3-5 минут. Думать нужно о болезнях, от которых хотите избавиться, вода впитает и сохранит информацию. Эту воду затем пить по 2-3 глотка в день. Обязательно станет легче. А еще несите людям добро, и оно вернется к вам сторицей. Я давно страдаю **ОТ НЕВРАЛГИИ** тройничного нерва. Это заболевание почти не лечится. А вот «йоговский стакан» помогает. А еще есть такое нестандартное средство. Если что-то болит, нужно больным местом прикоснуться к оконному стеклу и некоторое время постоять, что я и делаю. Боль утихает. Когда беспокоят **ШПОРЫ** на пятках, лечусь веретеном. В середине пятки покручиваю острым концом веретена. Несколько неудобно, но приспособиться можно. Польза ощутимая. Обезболивание гарантировано.

Многим рецептам уже не одна сотня лет. Думаете, почему так бережно хранили их наши предки, передавая их детям и внукам. Потому, что эти проверенные веками средства осечки не дают. И по сей день, пользуясь ими, можно не сомневаться в их надежности и эффективности.

Валерий ВЕСЕЛОВ



БЫТ И ЗДОРОВЬЕ

НОСИТЕ НАТУРАЛЬНОЕ

Все в мире имеет свою энергоструктуру, которая оказывает на нас определенное воздействие. Одежда, которую мы носим, — это как бы наша вторая оболочка, создающая воздушную прослойку между нами и окружающей средой. Мы расскажем о лечебных свойствах хлопка, льна и шелка — самых популярных тканей.

ЧУВСТВИТЕЛЬНЫЙ ШЕЛК

Шелк отличается сильной эротической насыщенностью. Шелковое белье и постельные принадлежности использовались обольстительницами во все времена. Причем активное влияние шелка проявляется только при непосредственном контакте с человеческим телом. Может быть, поэтому в странах со строгими нравственными порядками не одобрялось ношение шелка молодыми девушками — он считался слишком откровенной тканью.

Сила воздействия шелка зависит от качества ткани: чем она тоньше, тем чище и сильнее будет воздействие, и от окраски: к примеру, разноцветный пестрый шелк заметно теряет свои качества. Наиболее сильно эротичность шелка проявляется в тканях черного, красного, белого и серого цветов. Но выбирать цвет надо, руководствуясь своими пристрастиями. Можно использовать и такой метод выбора: приобретая понравившуюся вам шелковую ткань, сначала возьмите ее в правую руку и проведите тканью по левой руке от запястья до локтя. Если тело «отзовется» на это прикосновение — вещь вам подходит.

ПРОХЛАДНЫЙ ЛЕН

Льняную одежду особенно приятно носить в летнюю жару — лен всегда создает некоторое ощущение

прохлады. Основное же свойство энергетики льняной ткани — пробуждать в человеке чувство спокойной собранности. Это идеальный материал для напряженно работающих людей, он не позволяет им бесцельно растрчивать энергию, поэтому одежда из льна необходима на работе, где требуются холодная голова, сосредоточенность и выдержка. Что касается людей необщительных, им лен послужит в качестве защитника, помогая отвести большую часть чужого влияния. Вообще лен служит хорошим изолирующим материалом при межличностных отношениях — он отталкивает любое активное энергетическое воздействие со стороны. Поэтому льняную одежду рекомендуется носить в людных местах, где эмоциональная неуравновешенность и истеричность толпы могут вас заразить. Но не стоит слишком часто носить льняные вещи дома, так как они отгораживают вас от близких людей.

СВОЙСТВА ЛЬНА В БОЛЬШЕЙ МЕРЕ ЗАВИСЯТ ОТ ОКРАСКИ, а не от фактуры. Наиболее полно свои свойства проявляет неокрашенный лен. Насыщенные, теплые тона могут свести на нет воздействие льна, так как они противоречат его энергетическим особенностям. Холодные оттенки — белый, синий, зеленый и серовато-бежевый — как раз соответствуют свойствам льна, а черный цвет слишком усиливает его воздействие, поэтому во время душевных переживаний черный лен может даже навредить. Пестрые льняные ткани быстро утрачивают свои первоначальные свойства.

Для лечения различных НЕВРОЛОГИЧЕСКИХ заболеваний есть такой рецепт: несколько листов комнатной герани положить на льняную ткань, прибинтовать повязку к больному месту и укутать теплым платком. В течение 2 часов боль стихнет. Самое главное в этом методе — волокна льна.

При ГРИБКОВЫХ заболеваниях ногтей надо отломить от осинового дерева сухой сучок длиной с палец, сжечь, золу собрать, смешать с ржаной мукой, потом с сывороткой и надеть эту «балабушку» на палец, обернуть льняной тряпочкой, ме-

нять, когда выйдете на улицу днем и ночью. После этого ногти должны обнажаться корни в виде тонких ниточек — их удалить пинцетом.

УНИВЕРСАЛЬНЫЙ ХЛОПОК

Хлопок подходит практически любому человеку. Он прекрасно справляется со стрессами, душевными травмами и невротами, дарит спокойное расположение духа. Одежда из хлопчатобумажной ткани позволяет активным людям избегать излишнего перенапряжения и легче выходить из состояния перегрузки. Для этого можно использовать хлопчатобумажное постельное белье и хлопковое ватное одеяло. А для замкнутых, скрытных людей хлопок — идеальное средство для снижения напряженности, успокаивающее их активную внутреннюю жизнь. Для них полезно сочетание хлопчатобумажного постельного белья с шерстяным одеялом. Проявление свойств хлопка в значительной мере зависит от фактуры ткани. В процессе обработки суть влияния хлопка как бы рафинируется и становится чище. Поэтому, чем тоньше выделан хлопок, тем лучше проявляются его положительные свойства.



Мудрость не скажет того, что противно природе

Добавляй в соки мед

ХУДЕЕМ

Семейное соревнование — разгрузочные дни

Летом для поддержания организма в тонусе и подготовки его к осенне-зимним нагрузкам неплохо устроить себе разгрузочные дни. В период отпуска это не будет очень обременительно, да и внесет некоторое разнообразие. Успешно проходят эти дни, если вас еще поддержат и члены семьи, можно превратить эту полезную процедуру в семейное соревнование. Вариантов для разгрузочных дней масса. Это может быть творожный, яблочный, кефирный, овощной, даже мясной и рыбный дни. Остается только выбрать, что вам больше по душе, а можно и чередовать разгрузочные дни в любой последовательности. Только помните, что разрешенное количество еды и питья надо растянуть на весь день. Ну а если с неприятными ощущениями голова или чувство голода станет невыносимым — 1 стакан крепкого сладкого чая с кусочком хлеба сразу приведут вас в норму. Кроме того, желательно в разгрузочный день принимать по 1 таблетке аскорбинки.

ТВОРОЖНЫЙ — 400 г обезжиренного творога (можно в виде сырников), 1 чашка кофе с молоком без сахара, 2 чашки несладкого чая, 1 стакан отвара шиповника.

ЯБЛОЧНЫЙ — 1,5 кг сырых или печеных яблок, 2 чашки чая или кофе без сахара.

КЕФИРНЫЙ — 1,2-1,5 л кефира или простокваши.

ОВОЩНОЙ — 1,2-1,5 кг свежих овощей (капусты, моркови, огурцов, помидоров, салата) в виде салатов, заправленных небольшим количеством растительного масла, 1-2 чашки несладкого чая.

МЯСНОЙ — 300 г отварного мяса без соли, овощной гарнир, 1 чашка кофе без сахара, 2 чашки несладкого чая, 1 стакан отвара шиповника.

РЫБНЫЙ — 300-400 г отварной нежирной рыбы без соли, 1 чашка кофе, 2 чашки несладкого чая, 1 стакан отвара шиповника.

Все соки являются лечебно-профилактическими и способны продлить жизнь человека. Если к ним добавить мед, их пищевая и лечебная ценность увеличивается.

Разбавленные водой овощные соки (1:10) дают сокогонный эффект (больше всего картофельный, капустный, морковный; меньше — свекольный и томатный). Поэтому разбавленные соки лучше принимать при хронических гастритах с пониженной секреторной деятельностью.

Все соки можно разделить на несколько групп: виноградный, морковный, клубничный, арбузный, абрикосовый, грушевый, сок сельдерея — мочегонные; яблочный, чесночный, луковый, сок хрена — противовоспалительные, противогнилостные и антисептические; капустный, морковный, сок красной свеклы и хрена — сокогонные; капустный, сок красного перца — дезинфицирующие и усиливающие окислительные процессы; томатный, сок лимона, свеклы, калины — понижающие кровяное давление. На 1 стакан сока добавлять 1 ст. ложку меда.

О Сок свеклы принимать по 1/2-1 стакану с 1 ст. ложкой меда 2-3 раза в день до еды. Применяется при лечении заболеваний печени, желчного пузыря, почек, ожирении, при гипертонии, ишемической болезни сердца, запорах. Показан при осложнениях в климактерический период. Обладает легким слабительным и мочегонным свойствами.

О Картофельный сок отжимать в сентябре-октябре из клубней. Принимать по 1 стакану сока с 1 ст. ложкой меда 2 раза в день натощак и на ночь. Картофельный сок играет большую роль в нормализации водного обмена и поддержании нормальной работы сердца. Применя-

ется при лечении язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки. При систематическом приеме сока исчезают боли, отрыжка, изжога, тошнота, снижается кислотность желудка.

О Огуречный сок принимать по 1 стакану с 1 ст. ложкой меда 2-3 раза в день до еды. Огурцы — естественное мочегонное средство. Сок необходим ногтям и волосам для предотвращения их расщепления и выпадения. Он усиливает перистальтику кишечника, содействует выведению холестерина.

О Сок шпината отжимать в августе-сентябре. Принимать по 1 стакану сока с 1 ст. ложкой меда 2-3 раза в день до еды. Этот сок полезен при малокровии и гиперсекреции щитовидной железы, стимулирует работу пищеварительных желез, усиливает перистальтику, укрепляет нервную систему. Однако из-за высокого содержания щавелевой кислоты он противопоказан при нарушении водно-солевого обмена, подагре, заболеваниях печени и почек.

О Сок одуванчика отжимать в мае-июне из листьев и корней. Принимать по 1 ст. ложке сока и меда 3 раза в день до еды. Способствует кроветворению, улучшает функцию печени и действует общеукрепляюще. Хорошо сочетается с соком моркови.

О Сок березы собирать из подреза ствола ранней весной. Принимать по 1 стакану сока с 1 ст. ложкой меда 3 раза в день после еды. Стимулирует работу почек, способствует выделению мочевой кислоты, обладает противовоспалительными свойствами, применяется при воспалении мочевыводящих путей. Рекомендуются при артритах обменного характера.

О Арбузный сок принимать по 1 стакану с 1 ст. ложкой меда. Принимают при почечно-каменной болезни, циститах, нефритах, пиелонефритах. При камнеобразовании, сопровождающемся выпадением фосфатов и трипельфосфатов в щелочной среде, арбуз противопоказан. Сок обладает противосклеротичес-

РЕЦЕПТЫ ПО СЕЗОНУ И ХВОРЬ УИДЕТ

ким действием, его пьют при гипертонии, подагре, артрите.

○ **Яблочный сок** отжимать в сентябре-октябре из фруктов, вполне созревших, с ароматным запахом. Сок применяется для поднятия сопротивляемости организма и для утоления жажды. Является тонирующим средством при сердечно-сосудистых заболеваниях.

○ **Сок апельсина** хорошо утоляет жажду, является эффективным средством профилактики и лечения гиповитаминозов, помогает быстрее восстановить силы в послеоперационный период, во время инфекционных заболеваний и в период выздоровления. Применяется также при гипертонии и атеросклерозе.

○ **Сок яблок, граната, винограда, апельсина** принимать по 1 стакану с 1 ст. ложкой меда 3 раза в день. Мед добавлять в сок непосредственно перед приемом.

○ **Сок репы** отжимать в августе-сентябре. Принимать по 1/2 стакана с 1 ст. ложкой меда 2-3 раза в день. Является хорошим средством для лечения детей и взрослых, страдающих размягчением костей и зубов. Применяется также при остром ларингите, бронхиальной астме и полиартритах.

○ **Сок дыни** отжимать в августе-сентябре. Принимать по 1 стакану с 1 ст. ложкой меда 3 раза в день. Применяется при атеросклерозе, малокровии, заболеваниях почек и мочевого пузыря, благотворно действует при запорах и геморрое.

○ **Сок ревеня** отжимать в июне-сентябре из корней и листьев. Принимать по 1 ст. ложке сока ревеня, смешанного со стаканом морковного или фруктового сока с добавлением 1 ст. ложки меда 2-3 раза в день. Сок стимулирует работу пищеварительной системы, действует как легкое слабительное, рекомендует-ся при атонии кишечника.

○ **Сок петрушки** отжимать в июле-сентябре из листьев и корней. Принимать по 1 ст. ложке сока и

меда 3 раза в день до еды. Сок стимулирует работу почек, используется при цистите, мочекаменной болезни, почечных спазмах. Противопоказан при нефрите.

○ **Сок моркови** принимают по 1/2-1 стакану с 1 ст. ложкой меда 2-3 раза в день. Он назначается больным с авитаминозом А, для активизации внутриклеточных окислительно-восстановительных процессов, используется при малокровии и гастритах с пониженной кислотностью. Показан при инфаркте миокарда, а также кормящим матерям для увеличения лактации. Применение морковного сока противопоказано при обострении язвенной болезни и энтеритах.

○ **Томатный сок** отжимать в сентябре-октябре из полностью созревших нетепличных плодов. Принимать по 1 стакану сока с 1 ст. ложкой меда 2-3 раза в день до еды. Сок усиливает пищеварение, предупреждает развитие атеросклероза, способствует процессу кроветворения и нормализации холестерина обмена, поддерживает кислотно-щелочное равновесие.

○ **Сок тыквы** отжимать из плодов в сентябре. Сок с медом, выпитый на ночь, успокаивает нервную систему, способствует сну. Прием тыквенного сока показан при состояниях общей слабости, сердечно-сосудистых заболеваниях, ожирении, заболеваниях печени и почек, различных отеках.

А. СМЕЛЫЙ, целитель,
г. Сумы.



Народные
рецепты

МЕД С СОКОМ СВЕКЛЫ, МОРКОВИ И РЕДЬКИ ПРОТИВ ГИПЕРТОНИИ

Смешать в равных объемах соотношениях сок свеклы, моркови, редьки и пчелиный мед. Принимать по 1-2 ст. ложки за полчаса до еды 3 раза в день в течение двух-трех месяцев при гипертонии.

Смесь хранить в прохладном и темном месте.

ГРЕЦКИЕ ОРЕХИ С МЕДОМ ПРОТИВ ГИПЕРТОНИИ И АНЕМИИ

Съедать в день за 3-4 приема по 100 г толченых ядер грецких орехов, смешанных с 60 г меда, в течение 45 дней при гипертонической болезни. (В ядрах орехов много магния, который обладает сосудорасширяющим и мочегонным действиями, а также калия, способного выводить натрий из организма и увеличивать мочеотделение. Все это обеспечивает их гипотензивный эффект.)

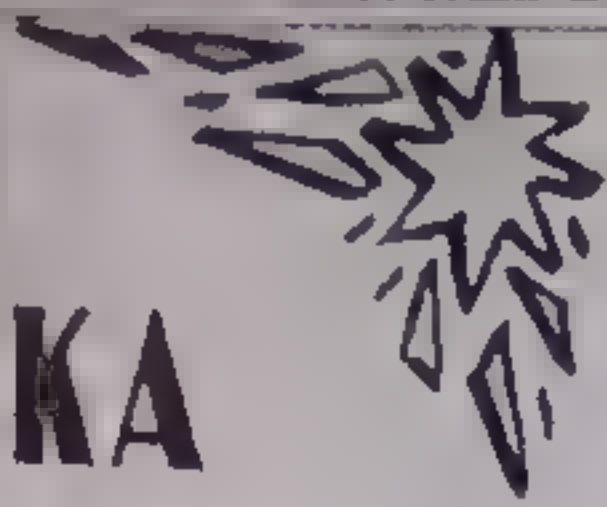
Смесь эта весьма полезна также при железодефицитной анемии (в ядрах грецких орехов содержатся железо, медь, кобальт, цинк и витамин В1 необходимые для образования эритроцитов, мед желательно использовать гречишный).

ГИПЕРТОНИЧЕСКАЯ БОЛЕЗНЬ И КЛЮКВА С МЕДОМ

Пропустить клюкву через мясорубку, смешать с равным количеством меда и принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день за 15-20 мин до еды при гипертонической болезни.

Все исследуй, давай разуму первое место

ЗЕЛЕНАЯ КОСМЕТИКА



Зеленая косметика, которую в изобилии дарят нам леса и сады, полезна для кожи, волос, позволяет дольше сохранить молодость и свежесть.

Применение лечебных трав в косметике — одна из самых богатых и интересных ее страниц. Тут еще не все исследовано до конца, но несколько простых рецептов может использовать каждая из нас.

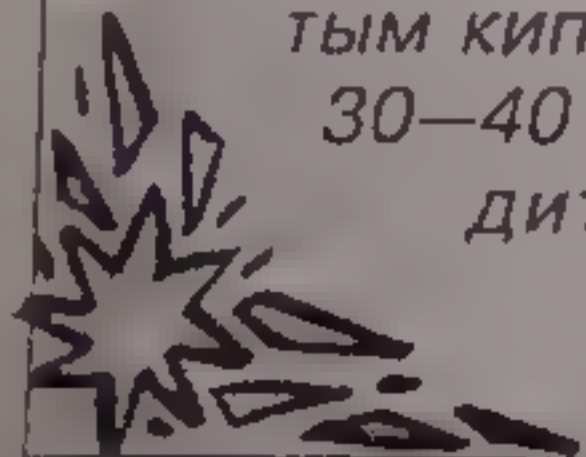
ВЫ ЗАМЕТИЛИ, ЧТО У ВАС ПОЯВИЛАСЬ ПЕРХОТЬ, ВОЛОСЫ БЫСТРО САЛЯТСЯ, СТАЛИ ПАДАТЬ. ПОПРОБУЙТЕ ВТИРАТЬ В КОЖУ ГОЛОВЫ ЭТОТ СОСТАВ:

1 столовую ложку измельченного полевого хвоща и 1 столовую ложку цветов арники залейте двумя стаканами кипятка, прокипятите, дайте остыть и потом процедите. Втирайте через день, за час-полтора до сна.

Если кожа и волосы очень сухие, может помочь репейное масло. Соберите осенью корни лопуха (одногодичного или двухгодичного), измельчите, залейте растительным маслом (ложку масла на ложку измельченных корней). Настаивайте в течение двух недель, а затем раза два в неделю втирайте в кожу головы.

Из трав можно приготовить и воду для ополаскивания волос после мытья. В июне-июле, когда цветет липа, соберите две-три горсти соцветий, залейте двумя литрами горячей воды, дайте постоять минут сорок, затем процедите. **Этот отвар хорош для сухих и нормальных волос.** Если же волосы сальные, можно в воду для полоскания добавить процеженный настой из свежих или сухих шишек хмеля, листьев крапивы и плодов рябины (по 1 столовой ложке на 3 стакана кипятка).

Если хотите, **чтобы волосы посветлели**, стали более блестящими, смешайте в равных количествах цветы ромашки с цветами подсолнечника и барбариса, заварите, как чай, крутым кипятком, настаивайте 30—40 минут, затем процедите и добавляйте в воду для полоскания.



Не является секретом тот факт, что каждый третий из нас имеет пониженную кислотность желудка. Если взять только пожилых, то у них такой диагноз устанавливается в 99 случаев из ста.

Существует даже такое понятие, как «нулевая кислотность», с которой человек безмятежно живет многие годы. Не особенно беспокоимся и мы, это считается обычным явлением, и нас иногда огорчает лишь легкая отрыжка.

онам, за несколько десятков лет я не встречал ни одной памятки для населения.

А надо напоминать о том, что от непереваренной в желудке пищи:

1) возникает ядовитая гнилостная диспепсия в кишечнике, приводящая за многие годы к атонии кишок и атрофии слизистой их;

2) создаются благоприятные условия для размножения патогенной микрофлоры кишечника, которая проникает в него из-за слабой барьерной (читай кислотной) функции желудка, что дает дополнительное отравление организма;

3) от интоксикации продуктами распада непереваренной пищи и токсинов микробов расстраивается работа многих органов, проявляются вегетативные и сосудистые дистонии, головная боль и т. д.;

4) от патогенной микрофлоры

АЛЛЕРГИЯ И НЕ

На самом же деле при недостаточной функции пищеварительных желез желудка мы постепенно теряем здоровье. Катастрофа сразу не возникает, так как принимается зелень, горчица, специи, пряности, аппетитные «капли» к легким закускам и другие приемы, стимулирующие выделение желудочного сока. Иногда люди забывают о «стимуляторах», если принятие их не становится традицией, как, например, ежедневное употребление перца и аджики у болгар и абхазцев или вина у французов.

Все знают о том, что приносят нам гипацидные гастриты, кроме симптомов со стороны желудка (тошнота, слюнотечение, срыгивание), мы замечаем, что расстраиваются и функции кишечника. Возникают диспепсии, энтероколиты, дискинезии. Проявления носят хронический характер и могут приводить, что опаснее всего, к опухолям кишечника.

Большой вред от пониженной кислотности

Парадоксально — перед эпидемией гриппа нам попадают на глаза листовки, а вот о вреде пониженной кислотности желудка, сокращающей жизнь милли-

(дисбактериоз) гибнет полезная кишечная палочка, прекращается выработка некоторых ферментов и витаминов.

Недостаток кислоты в желудке может создаваться и искусственно, когда пища разбавляется большим количеством воды, поэтому отношение к традиции пить напитки на третье следует пересмотреть

Несоблюдение режима питания, переедание, нарушения диет усугубляют ситуацию и добавляют к этому другие отрицательные воздействия

Самым негативным из них является бродильная диспепсия, когда сахара и других углеводов поступает с пищей больше, чем может усвоить организм. Сахар начинает бродить уже в желудке, особенно в переполненном, так как сахар тогда там задерживается. При нехватке инсулина и аминолитических ферментов бродильный процесс достигает максимума в кишечнике, организм травится сивушными маслами, ядовитыми газами, которые дают метеоризм, колики, приводят к дивертикулам (выпячиваниям), где разлагаются остатки пищи и



НАМ ПИШУТ

долго-долго живут патогенные микробы.

Кстати сказать, Украина занимает первое место в мире по употреблению сахара на душу населения. Не оттого ли в нашей стране 3 млн. диабетиков. И одна из причин - в невежестве населения, в замалчивании проблем с питанием и отсутствием достоверной информации по этому вопросу.

Этот ужасный дисбактериоз

Человеку становится совсем плохо, когда эти «букеты» объединяются или, как говорят медики, сочетаются.

При многолетней интоксикации расстраивается работа многих органов и систем, падает иммунитет, возникают аллергия, астма, злокачественные новообразования.

ТОЛЬКО

В моей только что вышедшей книге «Как победить аллергию» более подробно рассказывается о причинах иммунной перестройки организма и важности для здоровья нормализации работы желудочно-кишечного тракта, основного «котла» наших недугов.

К сожалению, устранение дисбактериоза хронических энтероколитов и других расстройств весьма проблематично. В таких случаях врачи прежде всего прописывают ежедневно био-кефир, содержащий три стандартных штамма полезных кишечных бактерий. Но один био-кефир, скажем, со сладкой стевией (выпускается в Ялте) может и не справиться с проблемой. Зачастую необходимо срочно принимать меры по поднятию иммунитета.

Для этого читатели могут прибегнуть к разработанной и опробованной мною методике. Она легко осуществляется в домашних условиях.

РЕЦЕПТ

коктейля для румянца

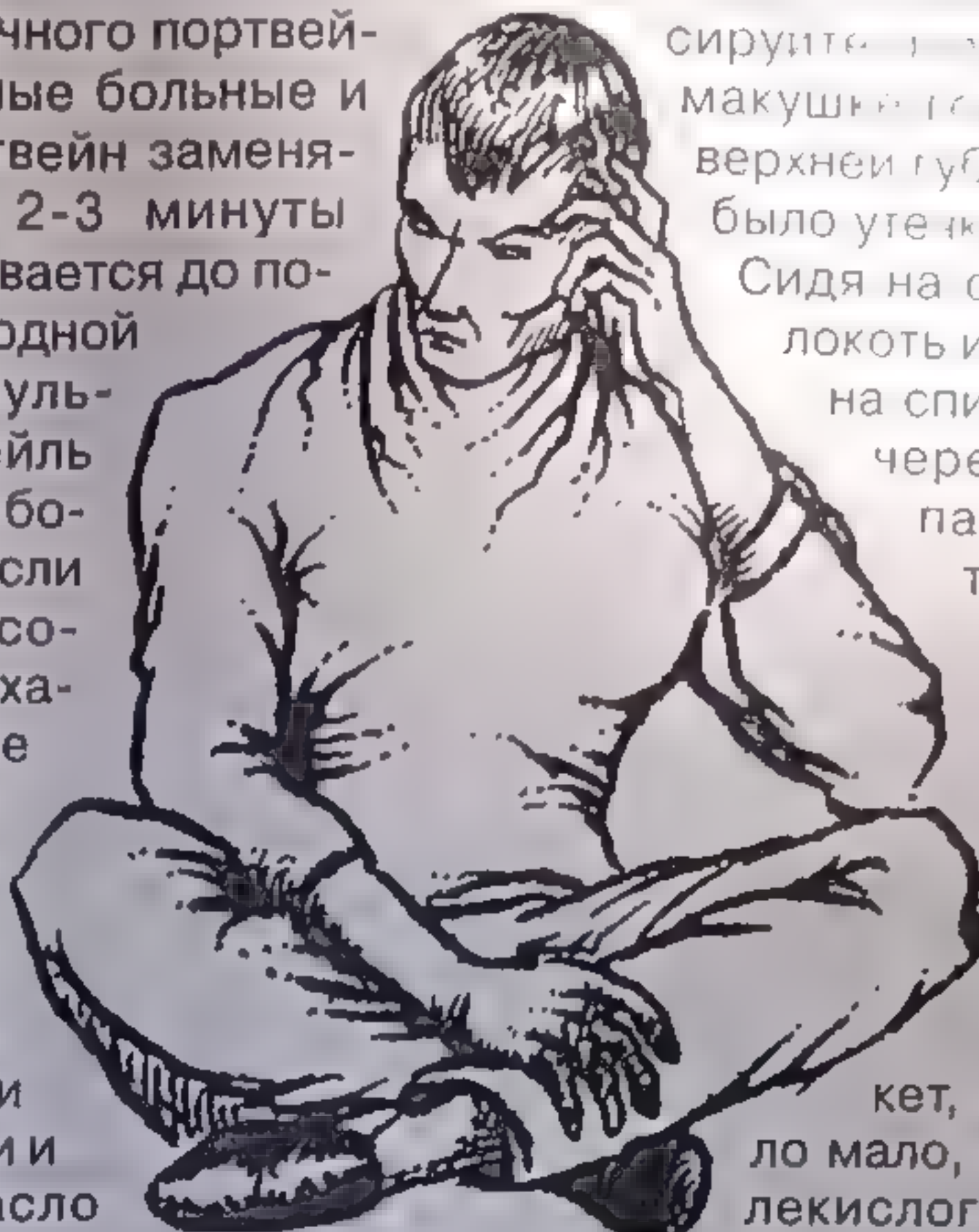
Мензуркой отмеривайте 30 мл сыродавленного подсолнечного масла (в рафинированном нет фосфоросодержащих фракций и оно не пригодно), которое перелейте в бутылочку емкостью 250 мл. Столько же отмерьте и смешайте с маслом

красного марочного портвейна. Ослабленные больные и женщины портвейн заменяют кагором, 2-3 минуты смесь взбалтывается до получения однородной эмульсии. Эмульсия, или коктейль Шудина, будет более стойкой, если вино взято с содержанием сахара не менее 10%. Коктейль выпивается сразу после взбалтывания одним-двумя глотками. При образовании эмульсии масло

очищается от примесей, которые растворяются спиртом и коагулируются им, дробится на мелкие части, в результате чего ускоряется усвоение жирных аминокислот. Коктейль является высококалорийным продуктом, благодаря которому усиливается выделение желудочного сока и желчи, происходит активизация обменных процессов, в том числе образование витамина Е. В отличие от метода Шевченко, коктейль не вызывает заброс желчи в желудок с появлением тошноты или рвоты, а воспринимается как приятные аппетитные капли, которые принимаются на пустой желудок за 20 минут до еды. До приготовления коктейля необходимо сделать легкие гимнастические упражнения и массаж - растирание кожных покровов всего тела. Прием осуществляется три раза в сутки в одни и те же часы, а вечером не позднее 19-00. Ежедневно делается перерыв на один день, для которого приготавливается 2 литра соков и другая пища не употребляется. Доза по 30 мл берется для лиц весом 70 кг, на каждые последующие 10 кг веса доза масла и вина увеличивается на 5 мл. При меньшем весе - уменьшается соответственно.

При некоторых заболеваниях необходимо соблюдение особой диеты, о чем заинтересованные могут узнать у автора, приложив конверт для ответа.

Сразу после приема коктейля приступают ко второму этапу процедуры. Возьмите полиэтиленовый пакет размером около 40х60 см, наполните его воздухом и зафик-



сируйте его, зажав концы пальцами. Сидя на стуле сбоку, правый локоть или ладонь положите на спинку стула и дышите через нос воздухом из пакета.

Сделайте тридцать вдохов-выдохов в пакет. Затем, не убирая пакета, дышите только через рот вне пакета (9-10 вдохов-выдохов), после чего снова переключайтесь на пакет, где кислорода стало мало, а концентрация углекислого газа возросла и

будет нарастать с каждым выдохом. На этот раз считайте до 20 вдохов-выдохов, а после второго перерыва (опять 10 вдохов-выдохов вне пакета) количество их уменьшайте до 15. Почувствовав некоторый дискомфорт, вдыхая из пакета, сделайте 2-3 глубоких вдоха. Это поможет не прерывать процедуру досрочно. Если первый опыт вам дался трудно, то не насилуйте себя и уменьшите время контакта с пакетом. Применение пакета для гипоксической-гиперкапнической тренировки давно опробовано в Крымском НИИ физических методов лечения и медицинской климатологии им И. М. Сеченова.

Гиперкапническую тренировку проходят и космонавты перед полетом. В упомянутой мною книге детально объясняется, для чего нужна такая тренировка. Если коротко сказать, то для улучшения обмена веществ, лучшего усвоения кислорода и мобилизации внутренних резервов. Первая часть процедуры также обладает мобилизирующим эффектом.

С действием углекислого газа знаком каждый из нас, когда зимой мы хотим быстро согреться, то, ложась спать, закладываем с головой под одеяло. Спустя 3-4 минуты нам становится жарко не от выдыхаемого воздуха, а от того, что углекислый газ, попав к крови в повышенной концентрации, расширяет сосуды кожи. Так, 10000 лет назад, накинув на себя овечью шкуру, «грелся» и неадаптный человек.

Первая часть процедуры также обладает мобилизирующим эффектом.

С действием углекислого газа знаком каждый из нас, когда зимой мы хотим быстро согреться, то, ложась спать, закладываем с головой под одеяло. Спустя 3-4 минуты нам становится жарко не от выдыхаемого воздуха, а от того, что углекислый газ, попав к крови в повышенной концентрации, расширяет сосуды кожи. Так, 10000 лет назад, накинув на себя овечью шкуру, «грелся» и неадаптный человек.

Виктор ШУДИН

Искренней дружбе присуще давать советы и выслушивать их

«Минздрав предупреждает...» и так далее. Таковую подпись мы привыкли видеть на сигаретной коробке. Вот только где написать о том, что для здоровья, а порой и для жизни, вредны еще и внебрачные половые связи.

упаковал парня в «челночную» тару, кто привез и сбросил тело в водоотстойник, оставалось загадкой.

Этот человек пришел в прокуратуру утром, как раз к началу рабочего дня. Заглянул в первую же дверь:

- Куда обратиться?.. Я с повинной... Завалил любовника жены. Ну, этого грузина, который в Горловке на рынке сигаретами торговал.

Заявителя, Бориса В., проводили к следователю, как полагается в таких случаях, предложили закурить... Расска-

Вскоре о «похождениях» супруги узнал муж. Реакция его на случившееся удивила и оскорбила Наталью. Не было упреков, угроз, не было даже скандала как такового. Борис лишь горестно вздохнул, ничего не сказал и после этого стал обращаться к жене лишь в самых необходимых случаях. А «слетевшая с катушек» бабенка продолжала беситься. Скоро связь ее с Пхакадзе уже перестала быть секретом для всех знакомых. Подруги удивлялись: мол, с жиру бесится торговка, такого мужа отхватила, чего еще надо-то?

Муж и любовник встретились на дне рождения Натальи. К этому времени Борис уже ушел от жены, но поздравить

СОВЕСТЬ УБИЙЦЫ

19-летний Зураб Пхакадзе, не имевший украинского гражданства, пропал как-то незаметно. Место на рынке в Горловке, где парень торговал сигаретами, продали другому, а «коллеги» по бизнесу решили: сменил дислокацию и подался искать торгового счастья на широких просторах бывшего СНГ. Ни жены, ни детей у него нет, а курит народ везде одинаково, так что сигаретный бизнес у нас всегда процветал. Кстати, сам Зураб не курил. «Минздрав предупреждает...» - уважительно говорил, тыча пальцем в надпись на пачке с товаром.

Может, так бы и забыли немногочисленные знакомые о Пхакадзе, если бы в горловскую милицию однажды не заявила старушка, оказавшаяся хозяйкой квартиры, у которой торговец сигаретами снимал комнату. Из разговора с ней оперативники поняли, что жилец исчез, оставив все свои вещи и документы, а главное (для старушки), не расплатился за жилье. Работники милиции не сомневались: Зураба Пхакадзе на этом свете уже нет. Искать нужно труп. Легко сказать. Никаких зацепок. Тела нет. А как известно, нет тела - нет и дела. «Глухарь», - решили милиционеры и не торопились приниматься за поиски (сверхчестные, сверхумные и прочие сверхзнатоки существуют только в глуповатых сериалах), но старушку все же выслушали, заявление зарегистрировали.

Труп нашли в водоотстойнике насосной станции близ Константиновки. Кто-то из сторожей заинтересовался всплывшей в водоеме сумкой - с такими «челноки» за границу ездят. И сумка явно не была пустой. Увы, содержание баула не порадовало нашедшего. Раздетый донага, сложенный пополам в сумке лежал труп, как выяснилось позже, Зураба Пхакадзе, 19-ти лет от роду, «лица кавказской национальности». Кто

занное им было так банально, что в искренности этого 40-летнего мужика никто даже не попытался усомниться.

Представьте себе стандартную ситуацию: женился ваш приятель, и сразу, будто кто подменил человека, - куда гонор подевался, нрав веселый улетучился. Звонишь ему, чтобы пригласить на футбол, в баню или «козла забить» во дворе, а то и просто пивка попить, и слышишь на другом конце провода примерно следующее:

- Мань, можно?

А в ответ недовольный голос:

- Ты не холостяк уже. Посерьезней пора быть.

Что-то похожее случилось в семье Бориса и Натальи В. Нужно сказать, что как муж Борис был просто воплощением мечты - спокойный, работающий мужик считался с каждой прихотью жены, с каждым ее капризом. Отмахнувшись от всех друзей, он полностью ушел в жизнь семейную, порой его мелочная опека доходила до абсурда... Вскоре это стало раздражать Наталью, она стала презирать мужа, а однажды, решив внести в их безоблачные отношения хоть каплю скандала, назло изменила ему. «Мужезаменителя» искать долго не пришлось. Наталья работала реализатором на горловском рынке - частенько ловила на себе недвусмысленные взгляды молодого грузина, торговавшего рядом сигаретами...

«бывшую» с ее праздником считал необходимым. Когда вошел в квартиру, Пхакадзе с хозяйкой уже «лыка не вязали».

- Убирайся, - встретила мужа Наталья, - не желаю тебя знать, слизняк.

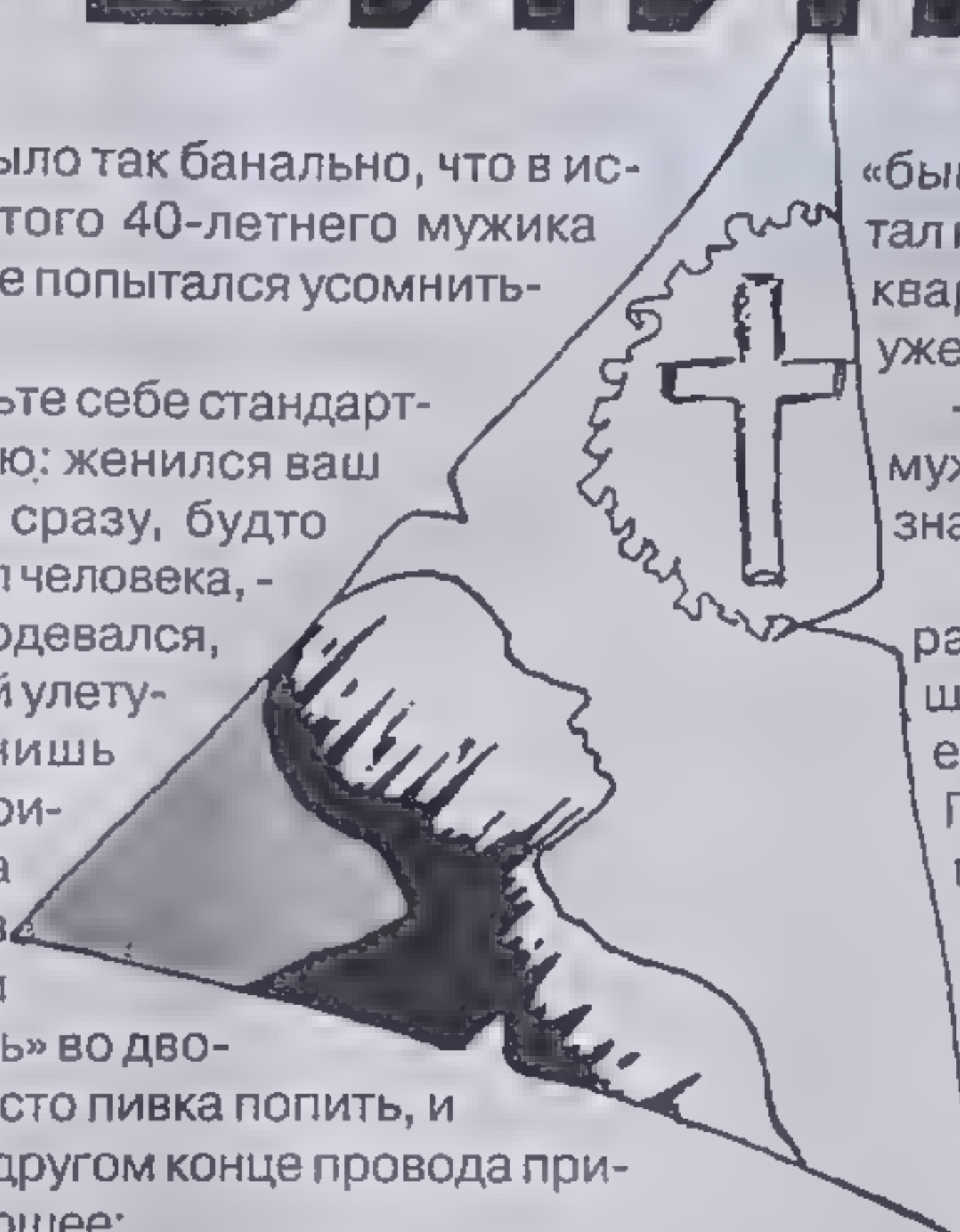
В ярости Борис шагнул к Зурабу... Какой диалог произошел между мужчинами, остается лишь догадываться. Прямая речь милицейскими протоколами не предусматривается. Сцепившись, мужики свалили стол, перебили гору посуды... Когда-то в юности Борис занимался каратэ. Полузабытым приемом этой за-

морской борьбы он сильно ударил соперника по горлу. Только один раз. Но и этого не шибко развитому физически Пхакадзе, оказалось достаточно. У грузина горлом пошла кровь, он медленно опустился на пол и захрипел. Как в тумане. Борис на руках вынес парня на улицу, погрузил в свою машину и погнал в сторону больницы. Но не успел...

Объемистая сумка нашлась в багажнике. Сложив тело пополам, убийца впишул его в мешок и бросил в какой-то водоем местного значения. Течением сумку вынесло на константиновскую насосную станцию. На вопрос следователя, что заставило его прийти и написать явку с повинной, Борис просто ответил: «Совесть».

Валерий ВЕСЕЛОВ

Материал предоставлен старшим прокурором Донецкой Области **Ольгой СИРЯЧЕНКО**.



ПАУТИНА АЛКОГОЛИЗМА

Это болезнь или не болезнь?

Как уже догадался читатель, речь пойдет об алкоголе. Точнее, об извечном вопросе: болен ли алкоголик? Антон Кемпинский — польский психиатр — считает причиной алкоголизма так называемую «боль существования». Ее можно преодолеть с помощью духовного совершенствования, а можно и заглушить. В том числе алкоголем. В самом деле, в основе алкоголизма лежит некая внутренняя пустота, глубокая психологическая проблема и, в конечном итоге, недостаточная для самого человека мотивация, ради чего он должен отказаться от утешения алкоголем.

«Алкоголизм — не болезнь, это безнравственность и распущенность, а про то, что алкаши больные, — это врачи придумали» — таков обычный диагноз общества. Но так ли это?

Давайте для начала определим, что такое болезнь

Болезнь — состояние, мешающее человеку нормально функционировать и негативно влияющее на жизненно важные функции: ум, тело, дух или все сразу.

Так что правы специалисты, а не обыватели: алкоголизм — хроническая, прогрессирующая болезнь, характеризующаяся патологическим влечением к алкоголю и связанным с ним физическими и психическими последствиями алкогольной интоксикации.

ПОСЛЕДСТВИЯ АЛКОГОЛЬНОЙ ИНТОКСИКАЦИИ ИЛИ, ИНАЧЕ ГОВОРЯ, СИМПТОМЫ АЛКОГОЛИЗМА СЛЕДУЮЩИЕ

1. Физические.

Появление похмельного синдрома. Утро «после вчерашнего» начинается головной болью, тошнотой, тремором (дрожью), на лбу проступает холодный пот, мучают чувство вины и недовольство жизнью. Похожие симптомы могут быть и у трезвенника, если он случайно перебрал. Но чем дольше человек «закладывает за воротник», тем ярче похмельным утром у него появляется мысль, что единственное спасение от физического, а главное, морального страдания — «поправиться» пивком или чем-нибудь «поградусней». Нередко «лечение» похмелья

тут же перерастает в новую пьянку. Причем каждый раз, чтобы забыться, алкоголику нужно все больше пить, поскольку организм перестает воспринимать уже привычные дозы.

Вскоре похмельный синдром перестает быть единственным неприятным состоянием пьющего человека, так как к нему прибавляются вторичные соматические заболевания: цирроз печени, дисфункция почек (печень и почки — естественные фильтры организма, и эти «очистительные приборы» вовсе не предназначены для того, чтобы через них пропускали алкоголь в большом количестве), неврологические расстройства (нервные окончания разрушаются под влиянием алкоголя), сердечно-сосудистые заболевания, болезни поджелудочной железы. И это далеко не полный список «профессиональных» заболеваний алкоголика.

2. Психические.

Кроме чувства вины и депрессии, после выпивки у алкоголика со временем появляется снижение (а затем потеря) социальной и профессиональной активности. Это тот случай, когда человек больше не может выполнять те свои обязанности, с которыми раньше вполне успешно справлялся, работать или вести хозяйство.

«Сужение репертуара» потребления, то есть состояние, при котором человеку не нужны ни повод, ни специальная обстановка (ресторан, день рождения), чтобы выпить.

Потеря интереса к «непитийным» удовольствиям.

Надо ли говорить, что эти новые обстоятельства, созданные самим человеком, вызовут у него следую-

щий, еще более мощный виток чувства вины и депрессии, которые он опять же утопит в выпивке. И так по замкнутому кругу

А дальше не за горами изменение личности — агрессивность, неадекватность, снижение интеллекта, эмоциональная тупость, утрата нравственных качеств (чувства ответственности и т. п.).

Главный симптом алкоголизма — зависимость. Алкоголик продолжает пить, несмотря на очевидные (и все возрастающие) вредные последствия проблемы на работе, семейные трагедии, ущерб здоровью, тяжелые душевные состояния. Герой одного фильма дал такое замечательное определение: «Пьяница — человек, который хочет — пьет, не хочет — не пьет, а алкоголик хочет — пьет и не хочет — тоже пьет».

Алкоголик становится рабом алкоголя. Ради своего «хозяина» он пойдет сначала на многое (обман, кражу и т. п.), а потом на все, включая убийство. Самое страшное, что этой зависимости человек обычно не осознает.

По материалам прессы



У людских достоинств, как и у плодов, есть своя пора

ЛИКБЕЗ ДЛЯ ПРОСТАКОВ

Не дайте себя облапошить

С этого момента вы
будете только получать...
«12 стульев»

Объявление в газете

Частенько бывает так, что ваше руководство навязчиво дает вам понять, что в услугах ваших больше не нуждается. И тогда вы лихорадочно бросаетесь на поиски работы. Не то, чтобы я попадал в подобную ситуацию, но по телефону, указанному в одном из рекламных листов, как-то позвонил. Просто из спортивного интереса.

Дозвонился не сразу. Лишь после седьмой попытки автоответчик произнес: «Добрый день... Я перезвоню вам немного позже, оставьте свой номер». И действительно через часок в моей квартире раздался звонок!

«Здравствуйте. Как я понял вы интересуетесь работой?». Дальше приятный мужской голос разъяснил мне, что в субботу я должен подъехать в здание известного кинотеатра и взять внизу анкету для господина Шорина. Потом – на второй этаж. Еще мужчина сказал, что в объявлении ошибок нет, и я действительно смогу зарабатывать 800-1000 долларов в месяц.

...Выданная анкета напоминала форму, что я когда-то заполнял, поступая на «режимное» предприятие. Единственное, что отсутствовало – это графа о партийности. Я заполнил анкету и направился в зал кинотеатра.

Спектакль

С первых минут моего пребывания в зале я понял, что специально для собравшихся, здесь почти пятьсот человек, разыгрывается некий спектакль. На сцену поднялись мужчина и женщина. Последняя хорошо поставленным голосом обратилась к аудитории: «Коллеги! Мы рады приветствовать столь значительное пополнение дружной семьи «Герба-

лайф»... Публика то и дело раздражалась аплодисментами непонятно по какому поводу.

На сцену поднялась девушка:

- Я студентка. На стипендию сами знаете какая жизнь. Распространением «Гербалайфа» занимаюсь 10 дней. Заработала уже 600 долларов.

Девушку сменила семейная пара:

- Мы бывшие инженеры, потеряли работу. В «Гербалайф» пришли три недели назад. Заработали почти полторы тысячи «зеленых».

И понеслась душа в рай. Счастливики один за другим ломились на сцену. Всех их встречали «бурными и несмолкающими...». Представители дружной семейки рассказывали о том, как с помощью «панацеи» спасли в рекордные сроки огромное количество близких и дальних родственников от ожирения, старения и вообще от всех напастей.

Но гвоздем программы стал рассказ дамы, первой вышедшей на подиум. Трагически заламывая руки, она поведала как в далеком прошлом осталась без работы, как тяжело заболела единственная дочь, как готова была она свести счеты с жизнью. Но однажды повстречался знакомый, рассказавший о чудодейственном «Гербалайфе», приобщивший к доходному и благородному делу.

- Теперь у меня вилла на Канарах, прекрасная четырехкомнатная квартира с евроремонтом, масса знакомых, прекрасные загранкомандировки. Дочь лечится за границей.

Приметно это обещал мужчина, называвшийся Шориным. На сцене расставили столы, за которые расселись координаторы. Мужчина, перед которым я оказался, не стал тянуть резину, а сразу потребовал 120 долларов. «Это вступительный взнос. На него вы получите комплект лекарств, которые станете предлагать потенциальным клиентам. До-

говор нужно подписать прямо сейчас. Мы продаем вам продукт по фиксированной цене. По какой цене продадите вы – не наше дело. Вся разница ваша, но это не главное. Непосредственная продажа лишь низшая ступень вашей карьеры. Как только вы реализуете препаратов на 1200 долларов, то сможете привлечь от имени фирмы к сотрудничеству других. Каждый привлеченный будет зачисляться в вашу цепочку, а это значит – с каждой продажи процент. Это вторая ступень. Третья начнется, когда члены вашей цепочки, а их должно быть не меньше трех, за месяц реализуют товара на 3600 долларов и смогут привлечь к сотрудничеству своих друзей, формировать свои цепочки... И не волнуйтесь. В нашем деле главное инициатива, энергичность, поддержка...

К этому моменту я начал кое-что понимать. Во-первых фантастических заработков мне не видать – не хватит у меня инициативы, во-вторых у меня не было 120 долларов. А если бы были? Пошел бы я туда? Как бы не так.

- А вы мне одолжите? – обнаглев спросил я мужчину. – Тем более, что сегодня ожидаются поступления.

Он так взглянул на меня, что я поспешил откланяться.

«Тяньши» - ключ к здоровью?

Так называлась рекламная статья в одном из изданий, борящихся за народное здоровье. В статье говорились о том, что продукция корпорации «Тяньши» заслуживает

БИОДОБАВКИ!



ЛИКБЕЗ ДЛЯ ПРОСТАКОВ

признания в международных медицинских кругах, что качество ее контролируется на всех этапах производства. Статья изобилует большим количеством фамилий и медицинских титулов, которых как я понял, без указанной биодобавки просто не мыслят себе жизни. Стоит комплект всего... 300 долларов.

Сразу вслед за биодобавкой «Тяньши» на лопухого обывателя обрушилась продукция частного предприятия «Иолос», что в Крыму, изготовившего эксклюзивно для компании «Гиацинт» водичку «Крис-

матологической больницы поставила диагноз, который, не имея специального образования мне не повторить. Тут же «стоматологиня» добавила, что лечить это можно лишь особыми импортными лекарствами, которых в аптеках нет, но она поможет достать. «Их нам каждый день одна женщина приносит. Да может она здесь, - добавила врачиха и выглянула в коридор. - О! Вам повезло! Эта женщина здесь!». В кабинет вошла тетенька с огромной сумкой, из которой стали появляться на свет Божий баночки и флакончики. Бро-

Блеск, нищета и реклама

талл». Прочитав анатацию начинаешь думать, что нет болезни которую бы этой водичкой невозможно было бы вылечить. Никакого ГОСТа или паспорта на этикетке нет. Так и хочется воскликнуть вслед за классиком: «Ой, дурят нашего брата!».

Я попытался выяснить у ясновидящего Владимира Соломина, что он думает о биодобавке «Тяньши» и воде «Кристалл». Владимир Анатолевич лишь горько усмехнулся:

- Да чушь это все. Дельцы от народной медицины пытаются ловить рыбку в мутной воде. И ведь ловят. Жаль людей, которые попадают на удочку мошенников.

А ведь прав Соломин. Вы только вдумайтесь. Полулитровая баночка хорошей черной икры стоит 60 у. е.. А уж поверьте – продукт натуральный, содержащий все необходимые организму микроэлементы. Так нет же! Нашему обывателю необходимо выложить за какие-то химическое вещество 300 «зеленых». Правильно пели герои известной киносазки: **«Пока живут на свете дураки, обманом жить нам стало быть с руки!»**

«После бритья»

А что же эскулапы? Да, ничего. Многие из них пользуясь статусом доктора а некоторые и титулом, и степенью сами начинают рекламировать витамины и биодобавки. Не верите? А зря.

Лет пят назад у моей дочки разболелись зубы. Врач из детской сто-

сив взгляд на этикетки и похолодел. На них по-английски и по-французски было сказано, что мне предлагается приобрести лосьон после бритья, чтобы потом моя дочь полоскала им рот. «Ну и что, - удивилась врач. - Ну вы же, если порежетесь, протираете лосьоном кожу...». Думаю, что подобное утверждение в комментариях не нуждается.

Минздрав не намерен...

...не намерен мирится с недобросовестной рекламой пищевых биодобавок. Об это заявил начальник отдела гигиены питания. Госсанэпиднадзора РФ Анатолий Петухов. Уже подготовлено письмо «О рекламе биологических добавок к пище в средствах массовой информации». В нем отмечается, **что во многих случаях в СМИ представлена недостоверная информация о лечебных свойствах пищевых добавок. Особенно много нареканий на «Бионормалайзер», «Красный корень», «Изовит-Е», «Сабельник – Эвалор».** Информация о свойствах добавок должна содержаться в прилагаемом регистрационном удостоверении и отвечать показаниям по их применению.

В случае несоответствия рекламных обещаний действительности, министерство будет обращаться в соответствующие компетентные органы по поводу нарушения законодательства в области рекламы.

Материал подготовил
Валерий ВЕСЕЛОВ

ПОЛЕЗНОЕ ЛАКОМСТВО

Сало

Этому способствует совсем несложная процедура — полезно иногда полакомиться кусочком свежего (не копченого!) сала. Оно содержит чрезвычайно важное для здоровья вещество — арахидоновую кислоту. Она активно участвует в строительстве клеток и синтезе гормонов. Арахидоновая кислота совершенно необходима для нормальной работы печени и сердца. Кроме того, она препятствует развитию атеросклероза, так как нормализует холестериновый обмен в организме, в результате чего холестерин не откладывается на стенках сосудов, а выводится вместе с другими отходами пищеварения.

Но и этого мало! В свином сале значительно больше полезных веществ, чем в сливочном масле. Поэтому биологическая активность свиного сала, а следовательно, и польза от него примерно в пять раз выше, чем от сливочного масла. Кроме того, благодаря повышенной биологической активности свиное сало способствует поддержанию общего тонуса организма.



Кто хочет сдвинуть мир, пусть сдвинет себя!

С Ангелиной Кшиштофовной К-ской я познакомился в сентябре 1995 года.

Собственно, познакомил нас участковый инспектор, мой коллега по работе в милиции. Я помню, что тогда сильно страдал от травматического радикулита (результат автокатастрофы), и участковый взялся помочь, говоря о том, что целительница просто совершает чудеса, исцеляя взглядом.

У некоторых он слабеет, у некоторых учащается, — поясняет целительница. — Но сердце эта распространенная привычка сидеть в любом случае портит. А у вас, я вижу оно и так не очень сильное. Хотите на него взглянуть?

Внимательно устремленный в мою грудь взгляд, несколько загадочных жестов — и на обращенной ко мне ладони целительницы отчетливо проступает мешкообразная тень, контуры которой то чуть расширяются, то сокращаются. Знакомый участковый говорит, что видел в подобной ситуации желчный пузырь. Даже камни в нем подсчитал — три штуки. Столько, сколько потом из него и вышло.

ко мне жизни осталось, отмерила». Я похолодела, начала ее разубеждать, что она еще молодая, быть того не может, но правдой мой сон оказался — в ту самую дату, что календарь показал, мама скончалась.

Не так давно Ангелина Кшиштовна уехала на постоянное место жительства в Польшу. Но редакцию нашего журнала не забывает, этим летом приезжала в Донецк. Мы с удовольствием пообщались.

Какие заболевания вы сейчас лечите?

Многие. Желче — и мочекаменную болезнь, псориаз, остеомелит, гангрену, сердечно-сосудистые недуги. Единственное, отчего отка-

Она исцелила меня одним взглядом

Помнится, что прийдя на прием, я привычно сел на стул, закинув ногу на ногу.

Ой, пожалуйста, не садитесь так, протестует К-ская.

Вы увеличиваете нагрузку на сердце. Пощупайте пульс, когда ноги стоят ровно. А потом через несколько секунд, когда нога на ногу закинута.

К моему удивлению, стоило принять излюбленную многим позу, как пульс, только что бившийся ровно и отчетливо, куда-то исчез.



Для неподготовленного человека картина больного органа — зрелище не очень приятное, — говорит целительница. — Люди просят продемонстрировать их, чтобы убедиться в том, что нет сомнений в постановке диагноза. Вот тогда я и показываю энергетический снимок печени, всего прочего.

Обликом и манерами Ангелина Кшиштовна скорее напоминает заведующую отделением хорошей больницы, чем традиционную бабку-знахарку, лечащую заговорами и хитрыми травяными смесями.

Скажите, как у вас открылся дар ясновидения?

Началось все в 1980 году с печальной способности — время смерти стала угадывать. Дома висела фотография Владимира Высоцкого, за стеклом в рамочке. И вот однажды фотография ни с того ни с чего сорвалась и разбилась. Я прямо застыла от твердой уверенности: «умер Владимир Семенович». И точно, через несколько часов я услышала по радио о смерти любимого артиста. Потом сон мне приснился — будто вижу себя в зеркале листающей огромный календарь. Четыре года с небольшим отсчитала, а дальше рука не идет. А моя мама сказала: «Дочка, это ведь ты, сколь-

зываюсь категорически — это энергетическим путем производить аборт. А ведь начинала именно с этого — помогала приятельницам. Часто зачатие было нежелательным, тогда я «втыкала» взгляд в матку, видела комочек новой жизни и, протянув руку выгребала его из утробы.

Однажды, производя подобную операцию, Ангелина почувствовала в глазах страшный жар. С тех пор, направляя сконцентрированный взгляд на чье-нибудь тело, она неизменно ощущала в зрачках горячие лучики, которые нащупывали в организме недуги и словно выжигали их.

Я слышал, что вы можете проводить операции на манер филиппинских хилеров. Так ли это?

Конечно. Если потребуется, я безоперационно сделаю глазами на теле пациента разрез, чтобы оттуда ушел гангренозный гной.

А как вы сами можете объяснить феномены исцеления взглядом?

Физик Борис Кажинский в книге «Биологическая радиосвязь» высказал гипотезу, что есть некие «лучики зрения», которые представляют собой узкие пучки биорадиационных излучений мозга. Напрямую связанная с его корой сетчатка глаза позволяет мыслительной энергией

КЛУБ ФЕНОМЕНОВ



концентрироваться и целенаправленно воздействовать на тот или иной объект. Многие талантливые дрессировщики успешно управляют животными без каких-либо команд, силой одного лишь взгляда. Затем ученые пришли к выводу о существовании особых волновых полей, присущих сетчатым полым телам и способных к эффективной передаче исходящей от них информации. К таким телам относится, например, ячеистый улей, выступающий в качестве руководящего и направляющего центра деятельности пчелиного семейства. А также человеческий глаз, который тоже состоит из скопища полых «палочек» и «колбочек».

- Значит, «лучи зрения» подобны своего рода лазерным лучам?

- Совершенно верно. В определенном диапазоне эти лучи могут переносить информацию, в результате которой на расстоянии происходит заражение вирусами среды, находящейся даже в запаянном стеклянном сосуде. Иными словами, одним лишь взглядом в принципе можно перекинуть болезнь с больного на здорового.

- Но если взглядом можно заразить, то можно и вылечить?

- А разве вы не испытывали это на себе? Как, кстати, чувствует себя ваш радикулит?

- Да, я уж и думать про него забыл.

Беседовал
Владимир КОРОТКОВ

«...Мою дочь 16-ти лет, мучали постоянные головные боли. Одному Богу известно, сколько я истрепала нервов, обращаясь к врачам. Все почему-то говорили, что у девочки дистония. Но ни мне, ни ей от такого диагноза легче не становилось. Много денег было потрачено на лекарства, но и они желаемого результата не принесли. Дочь плакала по ночам, не могла спать. Прочитав в вашей газете о целительных свойствах фотографии Владимира Соломина, решила на последнее средство - купила через газету, и положила дочери под матрас. И, о чудо, девочка стала нормально спать... Теперь я хочу обязательно съездить на прием к Владимиру Соломину».

Людмила САУЛА

г. Донецк

«...Работаю проводником в поезде. Сами знаете, работа адова, постоянно не высыпаюсь, питаюсь как попало. Имею, наверное, полный букет болезней. Недавно была на приеме у Владимира Соломина. Мне понравилась доброта и сердечность этого человека. Он беседовал со мной около получаса, объяснил, в чем причина моих недомоганий, подсказал, что делать. Вот уже месяц я следую его советам и чувствую облегчение.

Ольга С.

г. Ясиноватая

«...Вот уже несколько лет я страдаю ишемической болезнью сердца. Знающие люди говорят, что болезнь эта не вылечивается, и я склонен этому верить, так как перепробовал многие средства лечения. Но не так давно моя жена, которая все время читает журнал «Самоисцеление и долголетие», получила по почте фотографию ясновидящего Владимира Соломина и попросила, чтобы я все время носил ее в кармане. Я не очень-то верю в подобные «талисманы», но конфликтовать с женой не хотелось. Я положил фотографию в бумажник и как-то забыл про нее. Дней через десять я почувствовал, что сердце стало болеть меньше. Не знаю, чему приписывать это облегчение, но вполне возможно, что положительную роль сыграло фото. И хотя я человек уже не молодой и убеждения свои мне изменить трудно, но, поскольку результат очевиден, я благодарен вашему изданию за то, что вы занимаетесь таким нужным делом. Возможно, скептики мне не поверят, но никого убеждать или переубеждать я не собираюсь.

г. Славянск

Александр НЕЛИН, педагог

Уважение других дает повод к уважению самого себя

После летней вольницы наши дети и внуки вновь сели за парты. Надо признать, что нас волнуют не только вопросы, связанные с их успеваемостью, но, в меньшей степени — и со здоровьем подростков. Что греха таить, не всегда они сидят за удобной партой, не у каждого в ранце бутерброды и яблоко, не каждый может легко перенести неудачу в постижении наук. Да мало ли и других проблем — девочка, которой ты оказываешь знаки внимания, смотрит в другую сторону, друг не разделяет твоего увлечения компьютерными играми, не знаешь, что одеть на школьную дискотеку, и т.д.

Главное — здоровье

В итоге — пай-мальчики превращаются в сорванцов и дворовых хулиганов, веселые и беззаботные девчушки начинают грубить, вызывая самоутверждаться. Но самое серьезное, если чрезмерные учебные нагрузки и стрессы школьной среды начнут сказываться на здоровье. Вряд ли вас будут радовать пятерки в дневнике, когда вы заметите, что ваш ребенок отстает в

физическом развитии, что он не может сопротивляться болезням, а пу-
стышный вирус вызывает серьезное осложнение... В такие моменты важно не паниковать, не пичкать ребенка сверх меры лекарствами. В вашей домашней аптечке найдутся средства народной медицины, чтобы поддержать силы растущего организма и подготовить его к более тяжелым нагрузкам.

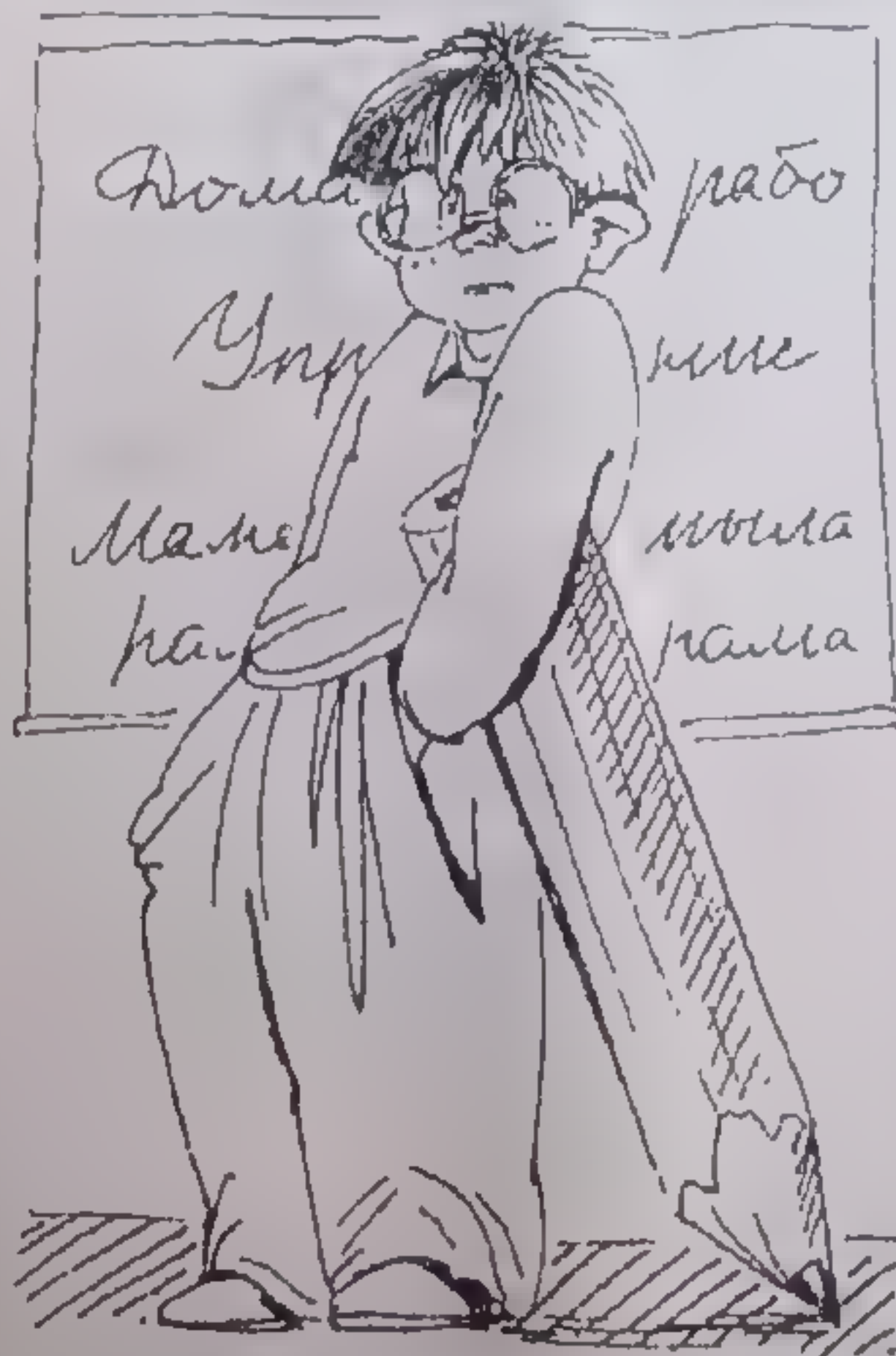
О чем говорит наука?

Ни на каком другом отрезке жизни, кроме как в детстве, организм человека не достигает таких быстрых темпов развития и тем самым не подвергается таким сильным переменам.

Например, величина тела ребенка от рождения до 15-летнего возраста увеличивается более чем в три раза, вес тела за этот же промежуток времени повышается приблизительно в 15 раз.

Органы грудного ребенка разви-

ваются в детстве и постепенно достигают своей величины и способности полноценно функционировать. Иммунная система, имеющая у новорожденных в распоряжении только ограниченное количество антител, стимулируется в течение детства вследствие контакта с возбудителями различных видов и приспособляется противостоять им, включая защитные силы организма.



Большие проблемы маленького роста

Детям, отстающим в росте, дают пить теплое молоко, к которому подмешивают свежие сырые яйца. На 2 стакана молока берется 1 яйцо, смесь взбалтывают. Пить 3 раза в день.

Путь к успеху преграждает робость

Преодолеть робость и страх вашему ребенку помогут чай и ванны из мяты лимонной.

2 чайные ложки измельченных листьев залить 1/4 л кипятка, плотно закрыть и настаивать в течение 10 минут. Принимать 2 раза в день по 70-100 мл.

Ванна: 60 г сухих листьев залить 1 л холодной воды, довести до кипения, снять с огня, накрыть и настаивать 10 минут. Процедить, влить в ванну.

Мята лимонная обладает как возбуждающим, так и успокаивающим действием. Особенно она полезна робким, нерешительным людям, страдающим угнетением нервной системы. Она устраняет страх, помогает при расстройствах кишечника на почве перенапряжения, при судорогах, быстрой утомляемости. Также она является укрепляющим средством после перенесенной простуды и инфекционных заболеваний.

Жалобы на усталость

Если ребенок жалуется на усталость, посоветуйте ему несколько приемов укрепляющего массажа.

1. Потереть ладонью о ладонь, пока не появится ощущение теплоты.

2. Помассировать пальцы.

3. Согретыми ладонями растереть ушные раковины, а потом более тщательно помассировать их пальцами миллиметр за миллиметром. После этого указательные пальцы вставить в ушные отверстия и повибрировать ими, как бы освобождая уши от воды.

Через несколько минут вялость и сонливость отступят, а появятся бодрость и свежесть.

ВСЕМИРНЫЙ ДОКТОР

НЕЖЕЛАТЕЛЬНЫЕ ДЕТИ ВЕСЯТ МЕНЬШЕ СВЕРСТНИКОВ

У женщин, которые вынашивают нежеланного ребенка, чаще рождаются дети с пониженной массой тела. Доктор Марджори Сейбл из университета Миссури в результате обследования 2400 будущих матерей установила, что вероятность рождения ребенка весом менее 1600 граммов в таких случаях на 73 процента выше.

Причиной этого может быть невыполнение рекомендаций врача по изменению образа жизни. Женщины часто не хотят заниматься физкультурой, прекращать курить и употреблять алкоголь, изменять

привычный характер питания.

При этом такие психотравмирующие ситуации, как смерть близких или необходимость взять крупную ссуду, не сказываются отрицательно на весе ребенка.

По мнению авторов исследования, смерть члена семьи может приносить определенный смысл в жизнь беременной женщины и способствовать повышению внимания к здоровью будущего сына или дочки. Приобретение имуще-



ства свидетельствует о больших планах и достаточно высоких доходах, тогда как плохое материальное положение относится к факторам риска рождения ослабленного ребенка.

ДЕТСКИЙ ЦЕРЕБРАЛЬНЫЙ ПАРАЛИЧ МОЖНО ВЫЯВИТЬ ПО ДВИЖЕНИЯМ РЕБЁНКА В УТРОБЕ МАТЕРИ

Наблюдение за движениями ребенка в самом раннем возрасте может оказать неоценимую помощь в ранней диагностике детского церебрального паралича. Как установили ученые из Университета Модены в Италии, определенные характеристики движений детей уже в возрасте 4-5 месяцев могут служить диагностическими критериями. Это позволит раньше начать лечение и достичь хороших результатов.

В ходе исследования команда ученых наблюдала за 84 детьми, родившимися недоношенными, риск развития церебрального паралича у которых был наиболее высок. Они определяли их состояние от рождения до года, а также в возрасте двух и трех лет. Обычно диагноз становится очевидным после года, когда отмечаются выраженные симптомы.

Однако, как заключили ученые, у детей, у которых отмечались судорожные синхронизированные движения (все мышцы конечностей и тела сокращались и расслаблялись одновременно) и движения были лишены обычной мягкости, позже диагнос-



тировали детский церебральный паралич. Кроме того, они выяснили, что чем раньше проявляются симптомы, тем более тяжелое течение можно ожидать.

Полученные данные помогут организации наблюдения за детьми, которые рождаются с повышенным риском развития недуга.

Бутылкой по позвоночнику

Ну не смеяли это? Один мой знакомый водил внука к мануальному терапевту, у ребенка было смещение позвонков. Специалист им там все это дело вправил и посоветовал ради профилактики «обхаживать» свой позвоночник пустой бутылкой из под минералки или колы. Совсем уже долечились!

Губарев, Сосновая Поляна

Если вопрос идет о лечении, то без специальной подготовки до позвоночника вообще лучше не дотрагиваться. Но все болезни можно предупредить профилактикой. Позвоночник — не исключение. Если у вас нет искривления и смещения позвонков, массаж пластиковой бутылкой есть эффективное и безопасное средство. Содержимое используйте по назначению, твердой рукой беритесь за горлышко и начинайте обхлопывать свою спину. Если хотите воздействовать поинтенсивнее, то добавьте туда немного воды. Вот и все. Лучшей профилактики, особенно для детей, которые часами сидят неподвижно, выполняя уроки, не придумаешь. А взрослых каждодневное 10-15-минутное «истязание» избавит от застойных явлений и противного нытья в шее и пояснице.

Мудр - кто знает нужное, а не многое

Гомосексуализм был, есть и будет независимо от нашего отношения к нему. И отменить это явление, к сожалению, мы не в силах, однако отношение общества к гомосексуалистам остается агрессивным. В большинстве молодежных тусовок «педика» просто избивают, и частенько «голубые» уходят из жизни не по своей воле...

грязи. Скажу лишь, что преступление было раскрыто. Партнеров для секса Александр находил во многочисленных пиццериях и кафе, предпочитал парней помоложе. Будучи неплохим психологом, сразу определял, стоит ли продолжать дальнейшее знакомство. В один из вечеров он познакомился с Игорем Н., имевшим за плечами шесть лет лагерей по воровской статье и вкусившим грех во многих его проявлениях. После часового общения Александр прозрачно намекнул на то, что «любит мальчиков», и пригласил нового знакомого к себе. Замечу сразу, что снимал Александр квартиру у

рабленная обязательно «кинет заяву» в милицию. А почему бы не попробовать «чистить» то же золотишко у «голубых»? Народ они тихий, боязливый и жаловаться вряд ли побегут - не любят их в обществе. С такими вот мыслями прибыли горловчане в Донецк и открыли «сезон охоты». Раньше описываемый мной контингент дислоцировался в основном в сквере имени Горького, но грандиозное строительство потеснило «сестричек» ближе к центру, и сейчас «гомиков» чаще встречают на скамейках парка, расположенного около центральной библиотеки. Сюда и направили стопы приятели.

Легко ли быть... Голубым?

Летом 1985 года в одном из центральных районов Донецка в собственной квартире был обнаружен труп преподавателя высшего учебного заведения А. с многочисленными рублеными ранами головы. В процессе судебно-медицинской экспертизы было установлено:

А. - пассивный гомосексуалист, имевший солидную клиентуру, в том числе среди студентов. На нетрадиционную ориентацию А. указывала и его многочисленная переписка с иногородними «сестричками». Преступление тогда так и осталось нераскрытым.

1994 год. В своей квартире обнаружен труп работника почты. Убитый Н. никогда не скрывал своей принадлежности к сексуальным меньшинствам - к тому времени «голуби» уже вышли из подполья, а некоторые печатные издания и телепрограммы создали им этаким ореол мучеников, незаслуженно обиженных природой.

В сентябре 1999 года оперативникам пришлось столкнуться с убийством Александра В. Едва милиционеры вошли в жилище жертвы, стало ясно, какой ориентации придерживался убитый. Всюду присутствовала женская рука, но то, что женщин в этом доме не бывает, угадывалось сразу. Да и достаточно было взглянуть на труп в женском белье, с макияжем и маникюром...

Вдаваться в подробности следствия я не стану. Поверьте, это не слишком весело. Ничего похожего на сериалы типа «Менты» и «Каменская» нет. Есть грязь, кровь и кровь в

человека, также относящегося к плеяде «голубых».

После того, как новые друзья выпили и закусили, хозяин отправился в ванную. Игорю же почему-то вдруг стало неприятно. Нет, ничего противоестественного в интиме между мужиками он не видел, «зона» научила многому, но желания ублажать этого «петуха» не было. Идя в гости, Игорь рассчитывал лишь выпить да пожрать «на халяву». Ну, была еще мысль прихватить что-нибудь «на память» о гостеприимном хозяине, но... Неожиданно на пороге комнаты появился Александр с макияжем и в женском белье, бросившись к гостю, заключил в объятия. Под руку Игорю подвернулась рукоятка ножа...

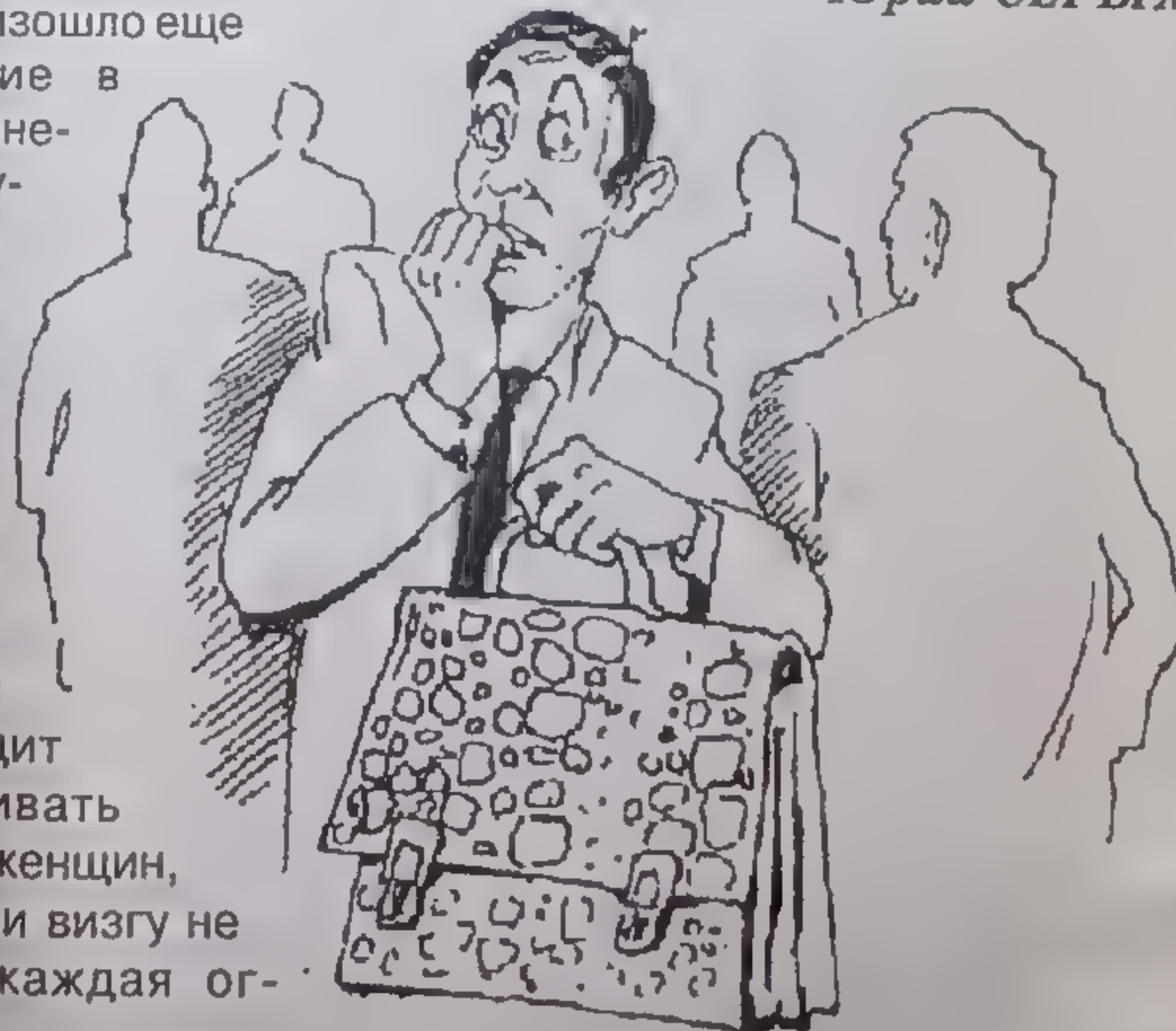
Убийцу нашли быстро, он оставил в квартире невероятное количество отпечатков пальцев.

Не так давно произошло еще одно преступление в отношении «лица с нетрадиционной сексуальной ориентацией» (да простит мне читатель подчас сухой язык милицеских протоколов).

Двое приятелей из Горловки решили, что из всех криминальных деяний им более всего подходит грабеж. Но сдергивать кольца и цепочки с женщин, пожалуй, не стоит - и визгу не оберешься, да и каждая ог-

Правда, внешний вид их слегка изменился: обычный костюм дополнили завитые и слегка подкрашенные волосы - парни явно добивались сходства с будущими жертвами, выставляя себя напоказ в качестве приманки. Ждать пришлось долго. Уже глубоким вечером на приманку клюнул 16-летний парнишка, приехавший из Славянска. Выпили немного, поговорили все больше намеками... Уже за полночь славянца затасили в один из темных углов у библиотеки и, преподнеся пару оплеух, начисто обобрали. Впрочем, добыча была небольшой: немного мелочи, блокнот, пара дискет. Не побрезговали грабители обувью и штанами жертвы. К счастью ограбленного, мимо проезжала милицеская машина... Приятель задержан, теперь слово за законом.

Юрий СЕРЫХ



УРОКИ ИНТИМНОЙ ЖИЗНИ

(Продолжение.
Начало в №11-16)

Различные позиции

Большинство супружеских пар испытывают дюжину сексуальных положений в первый год супружеской жизни, оставаясь на двух или трех из них в следующие пять лет, а потом почти все время применяют какую-то одну индивидуальную позицию.

Однако противоположные действия были бы более правильными. В первое время брака сексуальная чувствительность концентрируется вокруг клитора и поэтому возбуждение других областей путем использования разных сексуальных положений мало эффективно. Через несколько лет картина меняется. Жены получают возможность сексуального возбуждения в новых областях и никогда не испытывают болезненных ощущений или растягивания влагалища от глубокого проникновения пениса или от необычного угла его погружения.



Мужья находят, что некоторые положения создают удовольствие в супружеском союзе и что изменения в положении уничтожают желание иметь нового партнера в кровати. Более того, сексуальное умение, требуемое для уверенного, мастерского поведения при половом сношении во многих различных положениях приходит только с опытом. Молодая супружеская пара нуждается в нескольких месяцах совместной жизни, чтобы достичь полной гармонии, даже если она придерживается трех основных положений.

Только пройдя эту ученическую фазу, большинство пар может достигнуть высокого интимного удовольствия, используя различные способы в положении, которые сперва доставили бы им лишь неприятности и неудобства.

Основные положения

Наилучшее первоначальное положение в первый период вашей сексуаль-

ной жизни заключается в том, что вы оба лежите на боку. Вы можете войти в это положение, совершая сексуальный контакт с женой, лежащей на спине. Она раскидывает и сгибает свои ноги. Ее муж поддерживает свое тело над ней на руках и коленях. Он приводит свой пенис в контакт с влагалищем (однако не обязательно глубокое введение). Жена затем поднимает ноги, пока не положит их на бока мужа, а потом пара перекачивается на один или другой бок, оставаясь лицом к лицу.

Это положение имеет некоторое преимущество на первой фазе приспособления супругов к друг другу. Муж может сделать паузу настолько долго, сколько необходимо для биологического давления не утомляя себя тем, что держит

свое тело на весу, а жену — тяжестью своего тела. Угол введения пениса составляет почти прямую с влагалищем, минимально его расширяя (что особенно важно в медовый месяц). У обоих партнеров руки свободны для ласк. Грудь, ягодицы, спина и бедра легко доступны, что особенно необходимо для поддержания возбуждения, когда слишком близкое приближение к оргазму требует сексуального трения.

Положение жены верхом

Вероятно, вы обнаружите некоторые преимущества в таком сексуальном положении, когда жена находится сверху, что позволяет увеличить супружеское единение в сексе и дает возможность добиться разнообразия. Положение жены верхом дает женщине такую свободу движения, что она может легко привести мужа к раннему оргазму, если только она не достигла такой степени саморегулирования, чтобы застывать неподвижно, когда муж просит сделать паузу. Новобрачным следует такую позицию на несколько недель отложить и использовать ее с некоторой опаской, потому что глубокое введение пениса может сильно растянуть влагалище и может вызвать болезненные ощущения. Однако, когда достигнуто в основном супружеское регулирование, и влагалище натянлось, положение жены верхом открывает следующие преимущества.

1. Муж может свободно ласкать клитор во время полового сношения, равно, как грудь, ягодицы, бедра и живот. Во время сексуальных ласк на первых порах супружества, когда возбуждение тела и особенно клитора означает для женщин больше, нежели другие

лоски... пальцы... и т.д. Подобное возбуждение создает эмоциональное слияние между половыми органами во время их обоюдного трения и повышает сексуальную чувствительность, способствуя полному сексуальному пробуждению.

2. Позволяет жене устанавливать свой собственный темп и управлять интенсивностью ее полового возбуждения. Когда супруги научились сдерживать быстрый оргазм мужа, то следующим шагом должно быть достижение полного удовлетворения женщины. Новобрачные еще точно не знают, как она может быть удовлетворена, а положение жены верхом поможет приобрести опыт и научиться дорожке удовлетворению. Опыт-

ная женщина уже точно знает, чего она хочет и не только достигает этого в положении верхом, но и показывает мужу, что она хотела бы получить от него.

3. Некоторые случаи в этом положении, требующие женской инициативы, часто подавляются фальшивой скромностью и колебаниями. Многие супружеские пары используют только половину из имеющегося арсенала уловок и ласк, так как жена сдерживает свои чувственные импульсы из-за неправильно понимаемой скромности. Когда жена берет в свои руки поводья полового сношения, ее естественные сексуальные чувства часто разбивают все эти фальшивые оковы и она действует как активный страстный партнер сексуальной игры и полового акта.

4. Некоторые движения, возможные в положении верхом, быстрее приближают женщину к оргазму, не влияя сильно на мужчину. Поскольку женщина держит свои половые органы прижатые к телу мужа, пенис не получает никакого трения. Если она сползает вниз, вдоль тела мужа до тех пор, пока кончик пениса не прижмется крепко к ее клитору, она может весьма сильно возбудиться, не приближая мужа ни на шаг к оргазму. Если же качаться из стороны в сторону, колебаться и вращаться на бедрах, то это наиболее удачный путь вызвать у него это ощущение. Если женщина совершает в основном эти движения и позволяет одновременно двигаться мужу взад и вперед, она может достичь весьма сильного возбуждения, не опасаясь наступления быстрого конца.

Доктор ШМИДТ

(Продолжение следует)

Женщины говорят больше мужчин

НАРОДНЫЕ РЕЦЕПТЫ

Лимон успокоит боль

Очень хорошо удаляют-ся боли и успокаиваются нервы при обильном натирании лимоном. Отрезайте пласт лимона в 1 см толщиной и втирайте во все больные места на вашем теле; исчезают даже солевые отложения.

Лимоны нужно втирать долго, месяца два или сколько вы сами пожелаете. Лечение обходится гораздо дешевле, чем мазями, купленными в аптеке.

Если у вас просто устали ноги, добавьте в воду для ножной ванны несколько ломтиков лимона. Такая ванна тонизирует, прекрасно освежает и делает кожу очень нежной.

Опередить простуду

Когда вы переохладились и почувствовали першение в горле, пожуйте сосновые иголки, чтобы предотвратить дальнейшее развитие болезни.

Делать это надо так: 10-15 иголок следует хорошо разжевать, сок проглотить, а сами иголки выплюнуть.

Полезно жевать иголки несколько раз в день и в том случае, если вы заболели, — они хорошо снимают сухой кашель. Рекомендуют лечение хвоей и при хроническом тонзиллите у детей, когда миндалины увеличены и плохо выполняют свои функции. Если в течение полугода на ночь ребенок будет жевать сосновые иголки, то миндалины уменьшатся и их не придется удалять.

Мне кажется, что Антона Чехова не любить невозможно. Только не торопитесь задавать вопрос о том, какое отношение имеют произведения классика к нашему изданию, кроме, конечно того, что Антон Павлович был врачом.

момент желудка или при резком перепаде вдыхаемого воздуха: холодное-горячее или наоборот.

При внезапном сокращении диафрагмы и межреберных мышц получается издаваемый звук «ик».

Как правило, икота бывает быстро проходящая. Но иногда надоедает так, что не знаешь уже, как от нее избавиться.

«Терпеть не могу икоты ... А.П. Чехов»

Недавно перечитывая чеховские рассказы, я освежил в памяти небольшое эссе под названием «Исповедь, или Оля, Женя, Зоя». Приведу из него некоторые цитаты, чтобы читателю стало ясно, о чем пойдет речь:

«...- Увертюра, - объяснялся я в любви, - навела меня на некоторые размышления, Зоя Егоровна... Я икнул и продолжал... Жаждешь неземного... - Я икнул. Терпеть не могу икоты.

- Вы выпейте воды!

Я икнул с досады на икоту и укусил себя за язык...

- Вы выпейте воды! — посоветовала Зоя.

Я сделал несколько шагов, подавил себе пальцем горло и икнул...

Итак, читатель понял, что речь пойдет об икоте, о том, что она собой представляет и как то нее проще избавиться. Скажу сразу, что материал этот мне помогла подготовить знакомая балерина, мотивировав свои познания тем, что уроки избавления от икоты обязательно входят в программу балетных артистов.

Икота бывает разная: то, бывает, икнется так легонечко - говорят, что это кто-то по доброму вас вспоминает, или думает о вас кто-то родной.

Хорошо было бы, если бы это действительно было так. Но предрассудки, даже если они и приятные нам, так и остаются только предрассудками. Специалисты-медики объясняют этот короткий внезапный вдох всего лишь раздражением диафрагмы - главной дыхательной мышцы. Это происходит от натиска переполненного, как правило, на тот

- Чтобы избавиться от икоты, необходимо выпить стакан воды с добавлением одной чайной ложечки яблочного уксуса. Выпить нужно на одном дыхании.

- Возьмите кусочек сахара и накапайте на него пять капель неразбавленного яблочного уксуса. Положите в рот, медленно рассосите - икота пройдет мгновенно.

- Избавиться от икоты можно и так: поставьте на край стола стакан холодной воды и выпейте его до дна, не набирая воздуха, залпом, не дотрагиваясь к стакану руками.

- Снять икоту у детей можно ложечкой меда, которую необходимо подержать во рту до полного рассасывания. Запить принятый мед несколькими глотками воды с яблочным уксусом. Сделать массаж грудки.



ДРУЗЕЙ ЛЮБЯТ

НЕ ЗА КРАСОТУ

Вот уже кому не повезло, это жабам! Правда, когда-то у некоторых народов жаба пользовалась уважением, поскольку, как мы помним, принимала участие в создании Земли. Но эти золотые для жаб времена давно прошли. И на протяжении веков почти повсюду люди относились к жабам отрицательно – их призирали за отвратительную внешность и боялись, поскольку приписывали им различные отрицательные свойства и качества. И в то же время существует немало легенд о чудодейственных снадобьях и эликсирах, приготовленных из жаб.

Еще в древних лечебниках имелось множество рецептов приготовления лекарств из жаб. Впрочем, такое не было редкостью и в более близкие времена. Например, в середине 18 века в очень популярном во Франции лечебнике сообщалось: «Жаба – отвратительное животное. Бывают жабы водяные и наземные, последние более употребительны в медицине потому, что содержат больше летучей соли, чем первые. В июле жаб накалывают на острую палку головкой или шеей и высушивают на воздухе как для внутреннего, так и для наружного употребления, потому что после смерти они не ядовиты, так же, как гадюки».

Во Франции позднее дается уже более точный рецепт того, как и для чего применять высушенных жаб: «Высушенную жабу прикладывают к бокам живота на опухоли, вымочив ее слегка в уксусе для лучшего привлечения яда. Она так хорошо действует, что видно, как они (опухоль) спадают. Она же входит в амулеты, которые носят для того, чтобы изгнать заразу из воздуха».

Другой рецепт уже 19 века: «Жаба немедленно останавливает кровотечение из носа, если ее приложить за уши или держать, зажав в руке, до тех пор, пока она согрется, или положить под подмышку, или повесить на шею больно-

го».

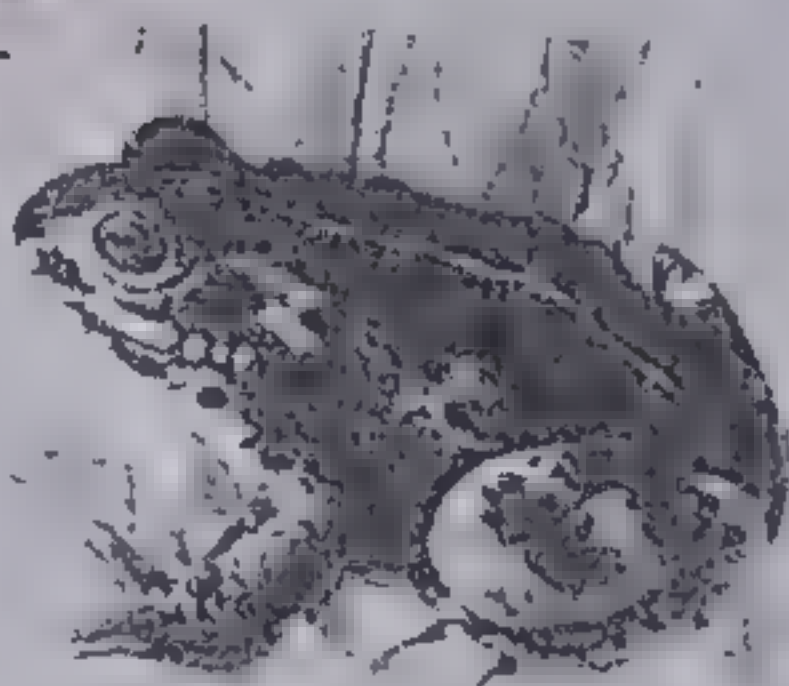
Не так уж сложно представить

себе, как поступают с жабами педантичные немецкие провизоры прошлого века, готовя снадобья по такому рецепту: «Пепел или сушеная жаба, надетая на шкурку на шею так, чтобы не касаться желудка, совершенно вылечивает от недержания мочи. Порошок приготовляется просто растиранием сухой жабы, но поджаренная жаба действует лучше».

Лечебник, изданный в Италии, советовал готовить снадобье: «Кипятите трех или четырех жаб в течение часа в полутора фунтах оливкового масла и берите его для сведения пятен с лица и для уничтожения застарелых нарывов».

Необразованные люди так считали: «Это животное совершенно холодное и влажное, все отравленное,

ужасное, противное и вредное. Когда животное это дразнят, оно приходит в такой гнев, что если может, то брызгает на человека своими кожными выделениями или отравляет его своим ядовитым, вредным дыханием. Съеденная жаба вызывает смерть, дыхание ее и взгляд вредны, от них человек бледнеет и обезображивается ...» Но это еще не все!



равляет его своим ядовитым, вредным дыханием. Съеденная жаба вызывает смерть, дыхание ее и взгляд вредны, от них человек бледнеет и обезображивается ...» Но это еще не все!

«Иногда случается, что по неосмотрительности вместе с водою или другими напитками проглатывают несколько яиц жаб или лягушек, и яйца превращаются в лягушек уже в желудке. Это ужасно!».

Об этом писал крупнейший зоолог 19 века, человек энциклопедических знаний швейцарский ученый Коирад Геснер.

В начале нашего века французский ученый Арманд Лейриц писал: «Даже натуралисты, не отступающие ни перед чем, всегда проявляли некоторое отвращение к ближайшему наблюдению жаб».

Трудно сказать, почему к жабам было такое отношение. Может быть, потому, что многие люди считали и считают их некрасивыми. Но ведь это понятие относительное. Есть и та-

кие, которым жаба нравится. Если оценивать животных только по внешности, то половину полезных и нужных людям животных следовало бы

уничтожить – они, с нашей точки зрения, не отличаются красотой.

Жабы – животные ночные. Днем их можно увидеть только во время дождя или вскоре после него. Таким охотничьим участком может быть и огород и сад – и тут жаба отличный сторож. Конечно, против тех, кто выдергивает морковку или срывает чужие яблоки, она бессильна, но от слизней и вредных насекомых она охраняет надежно.

До утра будет ходить жаба дозором вдоль грядки, и, сколько за это время всяких тварей уничтожает, трудно сосчитать. Даже если очень внимательно следить за жабой, невозможно увидеть, как и что она ест: жаба молниеносно выбрасывает свой длинный клейкий язык и так же молниеносно втягивает в рот вместе с пойманным насекомым. Проглатывает она его тоже с необычной скоростью.

В России, например, жаба была желанным гостем на огородах и в садах, крестьяне даже специально приносили жаб из лесу. В Англию, где жаб было мало, их привозили из Франции и продавали за большие деньги.

И тем обиднее, что многие люди так скверно относятся к жабам. А ведь у жаб, кроме людей, и без того множество врагов. Считается, что «Жабий век – сорок лет», то есть теоретически жаба может прожить четыре десятка лет. Практически же жабы живут во много раз меньше и редко доживают до старости.

Можно привести еще множество доказательств того, что жаба – совсем не такая, как о ней говорят, что она просто-напросто оклеветана.

Мадам СОФЬЯ

Анекдот

Лягушка сидит на берегу, опустив лапы в воду.

- Жаба, вода холодная? - спрашивает проплывающий крокодил.

- Я здесь сижу как женщина, а не как термометр.

Кому не на что надеяться, тому не в чем отчаиваться

ПЕДИКЮР — КАК ОН ЕСТЬ

Однажды прочитала в газете, что СПИДом можно заразиться даже в педикюрном кабинете, если плохо обработан инструмент после предыдущего посетителя. Педикюр я так ни разу и не делала. Может, нет ничего в этом сложного и его можно сделать дома самой?

Г. СПИВАКОВА.

Вам понадобятся: тазик с теплой мыльной водой (можно добавить любой шампунь или пену для ванн), полотенце, пемза, щеточка и щипчики для ногтей, ватные тампоны, тонкая пилочка, лак для ногтей.

• Распарив ноги не более 5 мин. в тазике, аккуратно снимите пемзой затвердевшую кожу с пяток и подошв. Очистите щеточкой под ногтями и вокруг них. Тщательно осушите ноги полотенцем.

• Далее следует подравнивать ногти, состригая их прямо, чтобы не допустить врастания ногтя в кожу. Лучше делать это щипчиками, а не ножницами, так как у них слегка закругленные концы, которые придут ногтям правильную форму.

• Для снятия ногтевой кожицы есть специальная жидкость. Если ее у вас нет, слегка отодвиньте маникюрной лопаточкой кожицу назад. Но не пользуйтесь для этого острыми предметами, так как можно повредить лунку ногтя. И он далее будет расти некрасивым, волнистым.

• Смажьте ноги кремом или лосьоном, массируя при этом каждый пальчик. Затем с силой проведите по подъему ноги, от пальцев к лодыжке. Это улучшит кровообращение.

Положите между пальцами кусочки ваты. Чтобы лак не вызывал обесцвечивание ногтей, нанесите сначала слой бесцветного лака. Широким мазком сверху вниз нанесите лак по центру ногтя, потом двумя движениями — с обоих боков. Дайте лаку высохнуть, и если хотите покрыть еще сверху цветным, начните вновь с большого пальца.

Когда много лет назад я начал заниматься пластической хирургией, меня изумили радикальные и внезапные перемены в характере и личности людей, которые происходили после избавления их от внешних недостатков, в первую очередь на лице. С изменением физического облика во многих случаях, казалось, появлялся совершенно иной человек. Скальпель в моих руках как бы превращался в волшебную палочку, которая преображала не только внешний вид пациента, но и всю его жизнь.

Загадка воображаемого

Робкие и застенчивые становились смелыми и отважными. Бестолковый, чуть ли не слабоумный парень превращался в живого, смысленного юношу, который впоследствии сделался одним из руководителей крупной корпорации. Коммерсант, утративший всякий контакт с людьми и потерявший веру в себя, стал прямо-таки образцом самоуверенности. Но, пожалуй, наиболее изумительным был случай с одним закоренелым преступником, который переменялся почти в течение одной ночи. Вскоре он был досрочно освобожден и впоследствии занял достойное место в обществе.

Примерно 20 лет назад я описал множество подобных случаев в книге «Новые лица — новые судьбы». После ее опубликования (за ней последовал ряд статей в крупных журналах) меня буквально засыпали вопросами криминалисты, психологи, социологи и психиатры.

К сожалению, на их вопросы у меня не было ответов. Но они побудили меня заняться исследованиями. И как ни странно, я извлек больше полезного из моих неудач, чем из успехов.

Ведь объяснить успехи значительно легче. Например, мальчик родился с необыкновенно большими оттопыренными ушами. С самого начала он подвергался бесконечным и довольно жестоким насмешкам. Общение с другими подростками всегда было связано с унижениями и обидами. Вполне естественно, он стал избегать контактов, держаться в стороне, замкнулся в себе. Стоит ли удивляться, что ребенок в конце концов прослыл слабоумным. Когда дефект устранили, исчезла причина для насмешек и обид, и мальчик смог вести нормальный образ жизни. Вполне понятна и история одного коммерсанта, у которого после автомобильной катастрофы на лице

остался безобразный рубец и который после возвращения ему нормального внешнего вида вновь обрел душевный покой и добился успехов в работе.

Но как быть с теми исключениями, когда никаких изменений личности, несмотря на удачную операцию, не происходило?

Обретая новое лицо, эти люди почему-то продолжали сохранять свои черты характера. Или как объяснить реакцию тех, кто настаивал, что хирургическая операция несколько не изменила их внешности? Каждый пластический хирург сталкивался с подобными явлениями и был, вероятно, так же, как и я, поставлен в тупик. Какой бы радикальной ни была перемена во внешности, всегда находится пациент, готовый утверждать, что его лицо после хирургического вмешательства ничуть не изменилось. Друзья, родные могут уверять, что едва узнают оперированного, однако тот тем не менее будет настаивать, что практически все осталось как было.

Сравнение фотографий «до» и «после» обычно не помогает, а только раздражает.

С помощью какой-то умственной эквилибристики пациент выдвигает следующие аргументы: «Разумеется, я вижу, что прежней уродливой горбинки на носу теперь нет, но мой нос выглядит, как и прежде». Или: «Да, шрам не заметен, это бесспорно, но он все же здесь».

Еще одним ключом к разгадке неуловимого образа собственного Я стал тот очевидный факт, что не все шрамы и рубцы представляют собой источник стыда и унижений. Когда

КОНСУЛЬТАЦИИ СПЕЦИАЛИСТА

я в молодые годы учился в Германии, то встречал многих студентов, которые гордились своими сабельными шрамами в не меньшей степени, чем какой-нибудь американец орденом. Почета. Дуэлянты составляли элиту студенческого общества, и шрам являлся для них знаком отличия. Для этих парней приобретение шрама имело тот же самый психологический эффект, что и удаление рубца с лица коммерсанта, о ко-

уродства

тором речь шла выше. В Орле один старый человек с такой же гордостью носил на глазу черную повязку. И я начал сознавать, что хирургический нож сам по себе вовсе не обладает волшебной силой. Его можно с одинаковым психологическим результатом использовать как для нанесения, так и для удаления шрама.

Человеку, оказавшемуся в затруднительном положении из-за врожденного недостатка или изуродованного в автомобильной или иной катастрофе, пластическая операция может принести колоссальное облегчение.

Опираясь на подобные случаи, легко прийти к ошибочному выводу, что пластическая хирургия — в самом деле панацея от всех неврозов, несчастий, недостатков, страхов, тревог, комплексов неполноценности, так или иначе связанных с разнообразными дефектами телесного характера. Но тогда из этой же самой посылки вытекало бы, что люди с правильными чертами лица, без ярко выраженных отклонений от общепризнанных норм должны быть свободны от психических расстройств и психологического дискомфорта. Можно было бы предположить, что они всегда веселы, счастливы, уверены в себе, свободны от тревог и комплексов. Однако нам слишком хорошо известно, что это не так.

К специалисту по пластическим операциям часто приходят люди с требованием «поднять лицо», чтобы устранить лишь чисто воображаемое безобразие. Прежде всего речь идет о женщинах 35-45 лет, которые твердо убеждены, что выглядят «че-

ресчур старыми», хотя в действительности с их внешностью абсолютно все в порядке, а во многих случаях эти женщины даже чрезвычайно привлекательны.

Встречаются девушки, которые считают себя некрасивыми только потому, что их губы, нос, размеры бюста не совпадают с формами и размерами популярной в тот момент кинозвезды; бывают мужчины, полагающие, что у них слишком большие уши или необыкновенно длинный нос. Ни один порядочный пластический хирург не согласится в подобных ситуациях проводить пластическую операцию.

Воображаемое уродство — явление вовсе не столь уж редкое.

Проведенный опрос среди студентов высших учебных заведений показал, что 90 процентов из них недовольны своей внешностью. Хотя каждому ясно, что 90 процентов населения не может иметь «ненормальную», или «дефектную», внешность. Тем не менее исследования среди других групп населения свидетельствуют, что примерно такой процент от общего числа жителей считает, что имеет основание стесняться своего внешнего вида.

Поведение этих людей таково, словно они в самом деле пережили катастрофу, обезобразившую их. Они в такой же мере стеснительны, ощущают страх и тревогу; их способность к полнокровной жизни заблокирована теми же самыми психологическими барьерами, а «шрамы» — хотя и носят чисто эмоциональное свойство — не менее болезненны, чем телесные рубцы.

Доктор МОЛЬЦ

(Продолжение следует)



АХ, КАКИЕ НОЖКИ

Ежедневный массаж вернет вас к жизни

Обычно мы не обращаем внимания на состояние наших стоп. А ведь именно они терпеливо носят нас всю жизнь, большую часть года страдают в тесных ботинках и туфельках, задыхаются в синтетических носках и колготках. Давайте уделим им немного времени. Массаж стопы может вернуть хорошее самочувствие, поскольку между стопами ног и внутренними органами существует прямая связь.

Вымыв ноги, следует массировать стопы, втирая специальный крем — освежающий, охлаждающий и смягчающий кожу.

Тот, кто ведет сидячий образ жизни, должен хотя бы раз в день поднимать ноги высоко и поддерживать их несколько минут в таком положении.

Отекшие ноги, особенно в жаркий день, хорошо бы смочить водой с кусочками льда.

Отдельные точки на стопах связаны со всеми внутренними органами. Поэтому ежедневный массаж стоп — не только прекрасный отдых для измученных конечностей. Массаж повышает и общий тонус организма.

Наслаждаться общением — главный признак дружбы

Самоисцеление и долголетие № 17

ЧУДО - ТРАВКИ

С незапамятных времен люди исцеляли недуги с помощью растений, по крупицам накапливая знания и опыт применения их в лечебных целях. Из глубины веков до наших дней дошли бесценные рецепты и прописи из лекарственных трав, обладающих невероятной и разноплановой целебной силой. К таким чудо-средствам относится и морозник кавказский. О нем ходит много легенд, рассказов и преданий. В христианской литературе говорится, что его употреблял и ценил сам Христос, отсюда неофициальное название растения — «христова трава».

МОРОЗНИК — ЛЕКАРСТВО ИЛИ ЯД?

Опираясь на данные научно-исследовательских институтов можно с уверенностью сказать, что морозник — чудодейственное средство. Его корневища содержат так много биологически активных веществ, что могут перекрыть патологический вес в больном организме.

Морозником лечат застарелые свищи, параличи, бородавки, суставы, миомы, хронические воспаления яичников, кровоточивость десен, ожирение, гастрит, язву 12-перстной кишки, алкоголизм, болезни печени, почек, хронические головные боли, белокровие, бронхолегочные заболевания, простатит, эпилепсию, и это далеко не полный перечень показаний к применению морозника.

Но вылечивает ли

Морозник улучшает работу сердца, применяется как противовирусное средство, укрепляет иммунную систему, положительно влияет на психику и нервную систему, активизирует кровообращение. Применяется для полной очистки организма от шлаков, токсинов, радиоактивных элементов, солей тяжелых металлов, нормализует все функции обмена веществ, делает организм обновленным и юношеским.

Часто можно прочитать в газетах или услышать от людей, имеющих плачевный опыт применения средства, что морозник — это яд. «Я из-за этого чудо-лекарства однажды в реанимацию угодила, — рассказывает женщина. Мне его от ожирения посоветовали. Я его заваривала и пила как чай. И вместо того, чтобы стать стройной и красивой, чуть не стала холодной и мертвой». Негодование ее можно понять. Но еще Парацельс говорил, что «в природе все есть яд, ничто не лишено ядовитости, а дело лишь в дозах».

Обвинители морозника утверждают, что применение этого растения ведет к обострению болезни и ухудшению состояния. Но опыт показывает, что чаще всего желаемый ре-

зультат можно получить через обострение. К примеру, при выведении солей: крутит суставы, могут возникать головокружения, могут опухать колени. Все это наблюдается в течение двух недель. Поскольку морозник обладает желчегонными свойствами, на втором месяце приема могут наблюдаться тошнота, отток желчи может сопровождаться однократной рвотой. Лишняя желчь выйдет, и состояние улучшится. При выведении песка из почек проходящие по мочеточнику частицы травмируют его. В связи с этим возникает цистит, проявления которого исчезают после выведения песка.

Реакция на применение препарата может быть индивидуальна.

Тем, у кого наблюдается расстройство стула, учащенное сердцебиение, следует уменьшить дозу и перейти на более щадящий вечерний прием морозника.

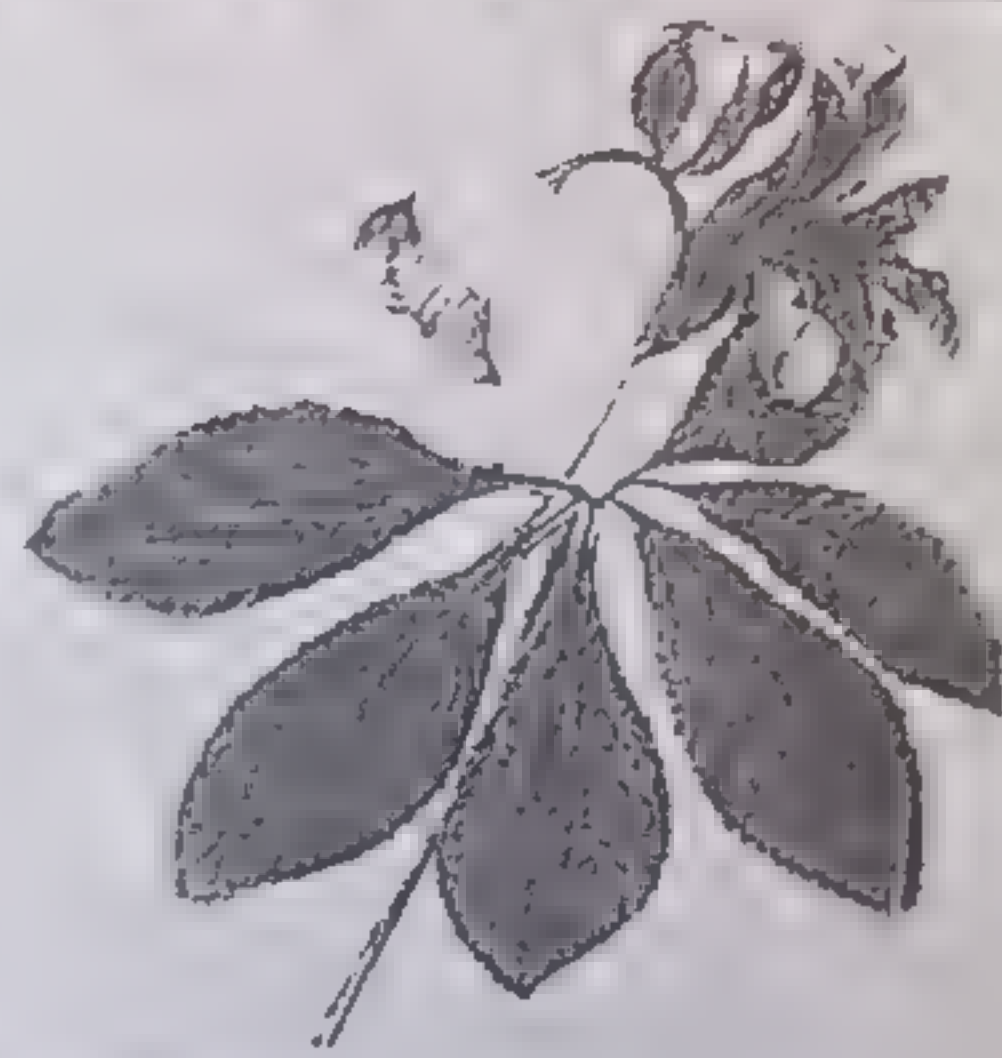
При мелких камнях в почках и желчном пузыре (до 0,8 мм) необходимо параллельно с морозником принимать траву марены красильной. Если камни крупнее, то сначала пройти курс приема марены красильной и только после этого принимать морозник.

Для лечения гайморита следует прогреть гайморовы пазухи парафином в течение 10-12 минут. Затем два предварительно распаренных до гибкого состояния корешка морозника длиной 5-6 см заложить в ноздри на всю ночь и закрепить пластырем. Утром корень извлечь и больше не использовать. На подушку перед сном следует положить клеенку, чтобы не испачкать ее выходящей из воздушных пазух слизию. Достаточно 3-4 таких процедур. Таким образом можно избежать неприятной операции, которая, кстати, не всегда помогает.

Вот несколько рецептов приготовления морозника для внутреннего применения:

□ 1. 1/6 ч. л. (50 мг) или на кончике ножа порошка морозника залить на ночь 50 мл кипяченой воды. Перед употреблением взболтать, чтобы осадок тоже попал в организм, и выпить утром натощак за 1 час до еды. Принимать препарат 1 раз в день. Курс лечения — 6 месяцев. При необходимости дозу можно увеличить через 10 дней от начала приема до 100 мг (1/2 горчичной ложки).

□ «Сухой прием». Утром натощак, за 1-2 часа до еды, 50 мг порошка морозника положить в рот,



запить теплой водой.

□ 50 мг порошка морозника размешать с 1/4 чайной ложки меда. Съесть перед сном в 22-23 часа. Утром в 7-8 часов обязательно опраться по большой нужде.

Когда морозник может быть опасным?

Остерегайтесь покупать морозник на базаре с рук, не исключена продажа некачественного сырья. Его могут перемешать с другими растениями, внешне напоминающими морозник. Чаще всего, зная о слабительных средствах «христовой травы», её корень в подделках смешивают с корой крушины, при длительном применении которой могут развиваться осложнения. Покупка трав с рук может быть опасна и потому, что их собирают случайные люди в черте города, вдоль автотрасс, в экологически неблагополучных местах. Также следует обратить внимание на упаковку, морозник содержит жирные масла, от которых во многом зависит его эффективность. Если его упаковать в бумажный пакет, то масло быстро впитается в бумагу и ценное лекарство превратится в бесполезную пыль. Сырье должно содержаться в специальных пакетах, пропитанных особым полиэтиленовым составом. Приобретенный порошок из корней морозника храните в закрытой стеклянной посуде в холодильнике.

С. РОГОЗИНА, фитотерапевт
г. Мариуполь, Донецкой обл.

Дыня

Использование мякоти солнечных плодов в пищу и в качестве лечебного средства требует соблюдения определенных правил и мер предосторожности. Связано это с тем, что дыня может расстроить работу желудочно-кишечного тракта. Прежде всего, она, подобно арбузу, способна накапливать избыток химических соединений, применяющихся в качестве удобрений. Часто после насыщения такими плодами возникают отравления.

Еще в глубокой древности целителям Востока было известно, что основная работа по переработке и усвоению дыни выполняется в кишечнике. Если ее принять во время еды вместе с другими продуктами, то, перемешиваясь с ними в желудке и двенадцатиперстной кишке, мякоть ведет себя как балласт, мешающий полноценному протеканию процессов переваривания пищи. Более того, может начаться брожение, что затрудняет усвоение измельченного плода в кишечнике. Возникает расстройство, заканчивающееся поносом. Поэтому, для исключения указанных явлений, дыню едят через 2-3 часа после приема пищи. Употребление плодов натошак также подходит далеко не всем.

Особенно несовместима дыня с молоком, кисломолочными продуктами, яйцами. Если вы съели дыню, то откажитесь в этот день вовсе от указанных продуктов. Не следует сразу после приема дыни пить холодную воду или алкогольные напитки — спровоцируете расстройство кишечника.

Противопоказана дыня при диспепсии, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, дизентерии, всевозможных кишечных расстройствах, сахарном диабете. Не рекомендуется ее употребление кормящим матерям. Ребенку вместе с молоком передаются вещества, содержащиеся в плоде, что может привести к возникновению у малыша диспепсических проявлений.

И, наконец, последнее предостережение — не передайте! Даже при раздельном, но обильном приеме дыни могут появиться коликообразные боли в животе и понос.

ОЧИЩЕНИЕ МОЧЕВЫДЕЛИТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ, ПОВЫШЕНИЕ ДИУРЕЗА, ЛЕЧЕНИЕ МОЧЕКАМЕННОЙ БОЛЕЗНИ, ПОДАГРЫ, РЕВМАТИЗМА

Самый простой способ лечения, не требующий никаких затрат времени на приготовление дынной мякоти в пищу: регулярное включение в суточное меню плодов (1,5-2,0 кг за 3-4 раза в перерывах между приемами пищи) в продолжение сезона плодоношения. При этом отмечается увеличение количества выводимой из организма мочи. Как следствие, прочищаются почки и мочевые пути, выводятся песок и мелкие камни при мочекаменной болезни. На растворение и удаление избытка минеральных соединений должны обратить внимание больные подагрой и ревматизмом.

НЕФРИТ, ПИЕЛОНЕФРИТ, ХРОНИЧЕСКИЙ ГЕПАТИТ, ЦИРРОЗ ПЕЧЕНИ, ДЕПРЕССИЯ

Помогает дыня при заболеваниях почек (нефрит, пиелонефрит), печени (хронический гепатит, цирроз) и желчного пузыря. Она успокаивающе действует на нервную систему. Это свойство может быть использовано для выведения из состояния депрессии больных с психическими нарушениями.

АТЕРОСКЛЕРОЗ, ЦИНГА, АНЕМИЯ, ОМОЛОЖЕНИЕ КОЖИ

Содержащаяся в плодовом теле клетчатка способствует выведению избыточного холестерина — виновника атеросклероза, а запас витаминов и других полезных веществ делает растение действенным в борьбе с цингой и малокровием, придает блеск глазам, здоровый вид коже, разглаживает ее.

ГИПЕРТОНИЯ, НАРУШЕНИЕ КРОВООБРАЩЕНИЯ, БОЛЕЗНИ СЕРДЦА

Очищающее действие мякоти на сосуды используется при заболеваниях кровеносной системы: гипертонии, хронической недостаточности кровообращения, болезнях сердца.

ПОДДЕРЖИВАЮЩЕЕ ДЕЙСТВИЕ

В древности считали, что дыня оказывает тонизирующее действие на истощенный тяжелыми болезнями и старческий организмы, способствуя постепенному набору веса.

ЗАПОР, ГЕМОРРОЙ

Дыня оказывает мягкое слабительное действие, облегчая состояние страдающих запорами, геморроем. Дынная диета или учащенный прием отжатого сока дыни способствуют снятию симп-

томов обострившегося геморроя, заживляя места возникновения кровотечений.

УГРИ, ВЕСНУШКИ, ПИГМЕННЫЕ ПЯТНА

Для ухода за кожей лица из дыни готовят питательные маски. Мякоть тщательно разминают и на 15 минут накладывают на лицо.

С косметической целью можно использовать и дынный отвар. Он оказывает помощь при угревой сыпи, обесцвечивает веснушки и пигментные пятна.

ЗАБОЛЕВАНИЯ ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЕЙ

Для мякоти дыни характерно легкое потогонное действие. С учетом этого свойства растения, дополненного противовоспалительными способностями, дынная диета благоприятствует ускорению выздоровления при простудных заболеваниях. Применяют культуру при туберкулезе легких.

ЗАПОР, МОЧЕКАМЕННАЯ БОЛЕЗНЬ, ОЧИЩЕНИЕ МОЧЕВЫВОДЯЩИХ ПУТЕЙ И КИШЕЧНИКА, ЖЖЕНИЕ ПРИ МОЧЕИСПУСКАНИИ

Широким диапазоном исцеляющего действия отличаются семена растения. Чаще всего их используют в виде водной эмульсии: семена тщательно измельчают в ступке, после чего к ним постепенно добавляется теплая кипяченая вода. Образовавшаяся смесь процеживается через несколько слоев марли. Полученный таким образом фильтрат принимают по полстакана 3 раза в день за 30 минут до еды при мочекаменной болезни, для очищения кишечника, при кашле. Средство повышает количество отделяемой мочи, действует оздоравливающе на печень, почки, мочевыводящие пути, устраняет сопутствующее некоторым заболеваниям жжение при мочеиспускании.

УГРЕВАЯ СЫПЬ, ПОВЫШЕННАЯ ПИГМЕНТАЦИЯ

Непроцеженную эмульсию можно наносить на лицо при возникновении угревой сыпи, для осветления веснушек.

Подготовила
Елена НИКОЛАЕВА

Никогда человек идеальный не бранил судьбу

Люди с годами живут с гипертонией, и ничего

Это мнение, к сожалению, у многих подкреплено личным опытом (который, как известно, «сын ошибок»). И тем не менее периодическое или постоянное повышение давления крови повреждает мелкие артерии, становясь причиной нарушения работы практически всех органов. «Обстрел», которому подвергается гипертония головной мозг, сердце, глаза, почки, рано или поздно приводит к мозговому

инсульту, инфаркту миокарда, сердечной и почечной недостаточности, отслойке сетчатки. Если ничего не предпринимать, то осложнения неотвратимы.

Кратковременный «скачок АД вызывает те же нарушения, что и длительное его повышение. Резкие колебания даже опаснее, ведь при этом клетки не успевают перестроиться, чтобы «погасить» внезапную нагрузку.

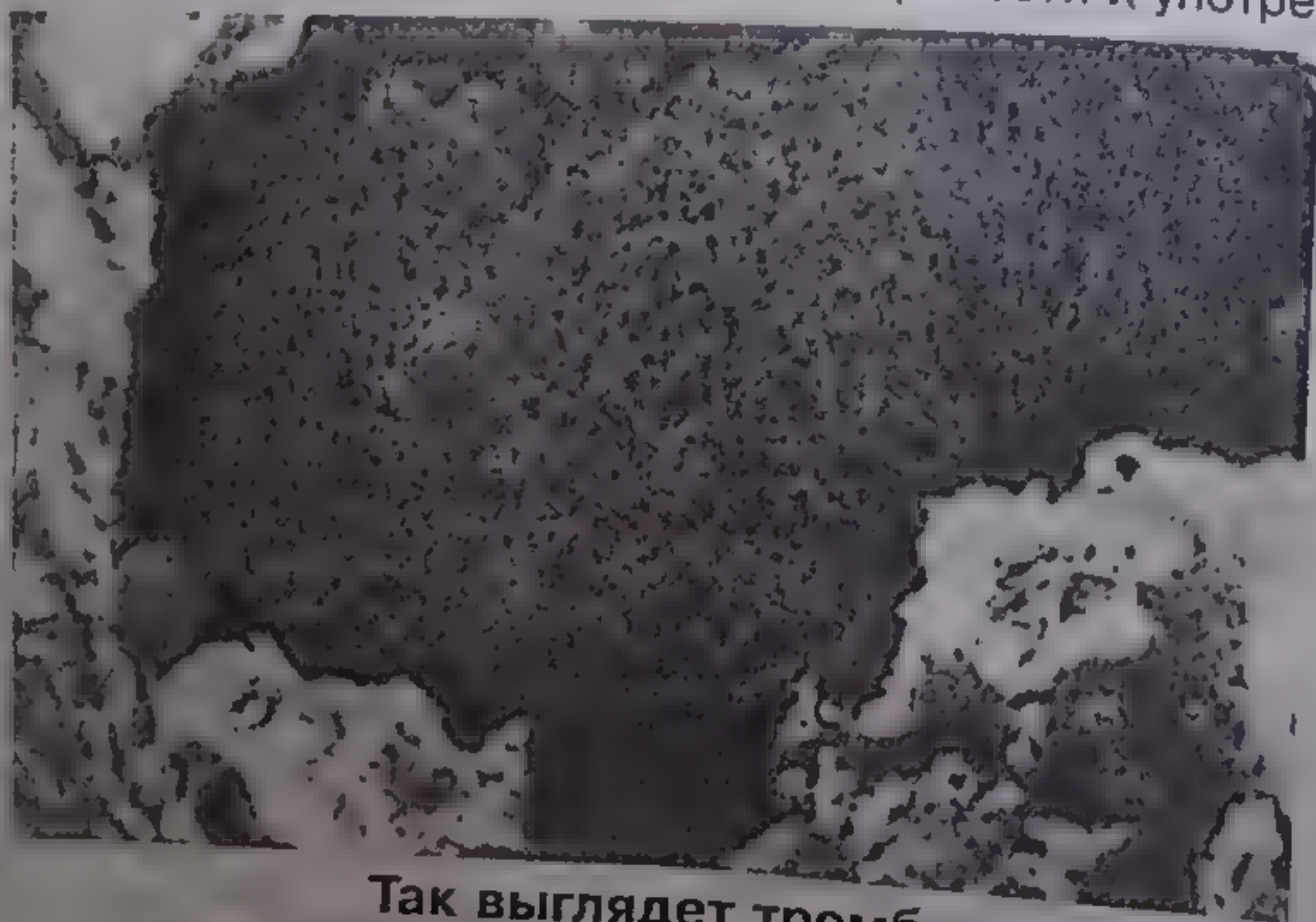
Гипертония передается только по наследству

Действительно, она чаще возникает у людей с генетической предрасположенностью к этому заболеванию. Если ваши прямые родственники страдали от повышенного давления в возрасте до 50 лет, то и вы рискуете заполучить этот диагноз. Однако у 90 процентов пациентов врачи не могут установить точную причину гипертонической болезни и называют ее первичной.

Шансы приобрести гипертонию повышаются с возрастом, у людей с избыточной массой тела, злоупотребляющих алкоголем, у курильщиков. Грозит она также любителям соленой пищи и тем, кто ведет малоподвижный образ жизни. Согласитесь, это типичный портрет современного человека, испорченного «радостями цивилизации».

Повышенное АД может быть также симптомом других заболеваний. В этом случае гипертонию называют вторичной. Чаще всего к ней приводят болезни почек. Нередки и так называемые эндокринные гипертонии, когда нарушение гормонального баланса в организме дает толчок к развитию болезни. Особенно опасны повышенное содержание некоторых гормонов щитовидной железы, надпочечников, избыточная активность гипофиза. Причинами повышения АД могут быть травмы головы и опухоли мозга, некоторые врожденные и приобретенные пороки сердца.

К повышению давления может привести и употребление некоторых



Так выглядит тромб

лекарственных препаратов: гормональных контрацептивов, стероидных гормонов, нестероидных противовоспалительных средств (аспирин, индометацин и др.), лекарств, угнетающих аппетит, некоторых антидепрессантов.

Лихорадка Западного Нила в США поражает людей и убивает ворон

Американцы столкнулись с настоящей эпидемией лихорадки Западного Нила среди ворон. Погибших птиц подбирают на улицах американских городов десятками. Две мертвые вороны были обнаружены даже на участке, прилегающем к Белому Дому, и сейчас отправлены на исследование. Всего же в округе Колумбия, на территории которого располагается столица США, вирус обнаружен уже у 45 мертвых птиц.

Вирус появился в Западном Полушарии лишь в 1999 году, к распространению по территории США. Если в прошлом году он был обнаружен лишь в девяти штатах, то в этом году его обнаружили уже в 28 штатах. В эти выходные пришло сообщение об обнаружении вируса у вороны в Южной Дакоте.

В этом году, по данным Центров по контролю над заболеваниями и профилактике (CDC), лихорадка Западного Нила была диагностирована у 12 человек. По другим данным, их уже 17, но только один случай зарегистрирован за пределами Луизианы. В 1999 году болезнь диагностировали у 161 человека, 18 умерли, а в прошлом году заболели 66 человек и девять умерли.

Ученые отмечают также, что комары, которые являются переносчиками инфекции, могли занести вирус многим людям, однако у большинства здоровых людей с сильной иммунной системой инфекция протекает без симптомов или с незначительными симптомами, похожими на простуду. До двух третей заболевших в 1999 году были пожилыми людьми, часто с сопутствующими заболеваниями.

После первой вспышки болезни в Нью-Йорке в 1999 году специалисты CDC проводили обследование в наиболее пострадавшем районе Квинс. Они выяснили, что признаки перенесенной инфекции имелись у 2,5 процентов населения, однако только у одного из 140 инфицированных развивался менингит и энцефалит. Каждый пятый мог вспомнить, что имелись какие-то симптомы простуды.

ДОМАШНИЙ СЕРИАЛ: АЛЛО, СКОРАЯ!

Записки бывалого фельдшера

Велогонка

Наша выдавшая виды «Мазда» наматывает километры, рассекая горячий июльский воздух. Едем сопровождать велогонку. Но не просто дежурить, перекуривая в тенечке, а мотаться следом за велосипедистами – и так все 120 километров. Удовольствие ниже среднего, но по такой жаре все может случиться, от теплового удара не застрахован никто. Это мы поняли на третьем часу сопровождения, когда температура за бортом достигала 40°C и салон машины прогрелся как духовка. С завистью смотрели на гонщиков, которые разделись до трусов, мы же наши халаты можем только расстегнуть, что поделаешь – на работе.

Мотаться, нарезая круги по трассе, нам осталось еще пару часов. С отвращением отхлебываем теплую минералку, которой запаслись впрок. Всех разморило, пить ее по такой жаре невозможно. Мы, медики, можем расслабиться, а водитель должен держать дистанцию и быть начеку. И тут пришла мысль, как взбодриться. В одном из тормозков оказалась пачка чая, бросаем его в бутылку с минеральной водой и кладем на самый солнцепек – под лобовое стекло. Через 15 минут чай готов. Это приятнее теплой минералки.

Тем временем, велосипедистов с обочины окатывают холодной водой, на одном из виражей перепало и нам. Какие-то шутники решили «освежить» «скорую». Видно, вид у нас был такой.



Какое-то время, двое из гонщиков едут за нашей «Маздой», отдыхая от встречного потока ветра, потом, отдохнув, вырываются вперед. На одном из кругов с нами поравнялась «группа поддержки» на спортивном автомобиле. Тренеры решили поддержать своих подопечных. Поравнявшись с гонкой, из машины по пояс высунулась бабушка-тренер, и на писклявой дудочке продудела мотив «Шахтер – чемпион». Не знаю, как это возбудило спортсменов, но нас развеселило. (P.S. – пришли третьими).

Синдром хронической усталости

Состояние это именуется у невропатологов «астено-невротический синдром». Это, конечно, не наши больные, но, за долгую практику, среди экстренных вызовов – приступов бронхиальной астмы, стенокардии, и других неотложных состояний встречаются и такие пациенты.

Они не мечутся, не умирают, но по жалобам и внешнему виду производят грустное впечатление. После долгих хождений по поликлиникам они хотят узнать еще и мнение «скорой» – что же с ними происходит?

А происходит вот что. После длительно накапливаемых стрессов развивается состояние слабости, усталости от всего. Эти больные поддаются апатии и укладываются в постель, переставая делать обычную работу. За рубежом это состояние называли термином «синдром хронической усталости», когда иссякают жизненные силы.

По нашим наблюдениям, этим страдают в основном женщины после сильных эмоциональных переживаний. Так одна наша пациентка заработала «астено-невротический синдром» после смерти любимой Мурки, после чего перестала вставать с постели. Встревая, мать вызвала «скорую» с просьбами «расшевелить» дочь, научить снова вести нормальную жизнь.

У другой женщины это состояние развилось после многочисленных амурных походов ее мужа. Ну что тут скажешь, конечно, каждый имеет право на флирт, если он не нарушает отношений в семье и не приносит другому боль. Наша помощь тут только беседа, попытка разяснить, что поддашься вялости, слабости, унынию, уляжешься в постель, начнешь себя жалеть – и выйти из депрессии будет трудно. Нельзя уходить в болезнь, через «не могу» нужно попытаться

снова вести обычную жизнь.

В легких случаях помогает курс настойки женьшеня, элеутерококка, контрастный душ, а в более сложных ситуациях приходится обращаться к психотерапевту.

Коты и собаки в лифте

Едем в лифте на 9 этаж. Мужчины по кабине – внушительные, в спортивном костюме. Мужчины в спортивном костюме, радостный после прогулки ротвеллер. Собственно, влетели они в уже закрывающиеся двери и набились нам в попутчики, не особо спрашивая.

- «Вы «скорая»? Вам какой?»

- «9-тый»

- «Как удачно, и нам тоже»

Что тут удачного, непонятно. Развернуться вчетвером негде, едем, как сельди в бочке. Ротвеллер тем временем выразительно косится на нас, пуская слюну и облизываясь. Отчетливо понимаем – одно лишнее движение в замкнутом пространстве – и мы пациенты травмпункта.

- «Хорошая собачка, хорошая. Еще один этаж и мы приедем» – подбадриваем мы то ли его, то ли себя.

С лифтами вообще связано много историй. Как мы недавно узнали, по одной из инструкций – еще 60-ых годов – службы 01, 02 и 03 не должны пользоваться лифтом, чтобы в случае его останова не оставить без помощи пострадавших. Но мы, конечно, ездим, не реально сутки напролет топая по этажам пешком.

Один раз ждем лифт на 1 этаже, он подъезжает, и оттуда, из раскрывшихся дверей, мимо нас важно выходит кот и идет на прогулку, нисколько нас не боясь.

Приходилось ездить в кабинах, где из 12 кнопок половина была оплавлена, стены исписаны напоминаниями потомкам, что «Цой – жив», «Вовка с 3 этажа – козел», а на потолке не было живого места от «хеви метала».

Еще интересная реакция соседей по кабине, едущих вместе с нами.

- «А вы в какую? А что случилось?»

И тут же при нас обсуждают «К Коляну или не к Коляну?». Или – «Вот баба Маня, замучила «скорую». Потом, на правах попутчиков участливо интересуются «А как у вас с бензином? А с лекарствами?». А некоторые особо нахальные тинейджеры интересуются напрямик «А правда, что вы спирт пьете?». Отвечаем – с бензином порядок, лекарства есть, а спирт не пьем – он невкусный.

Остан ХВОРОБА

Между ртом и куском многое может произойти

Чифирь затянет раны

«В любое время года человек не застрахован от порезов, ран. 7 лет назад я этим способом срастила сыну откушенную мочку уха. От больницы мы жили далеко, пришлось действовать на свой страх и риск. Потом мой рецепт помог и подруге срастить рваную рану от

укуса собаки за 4 дня. Может, кому-то мой совет поможет, если уж случилось такое.

Необходимо сделать крутой чифирь, он должен быть настолько густым, чтобы капли капали, как сироп. Затем растолочь 2 таблетки стрептоцида и замесить их на чи-

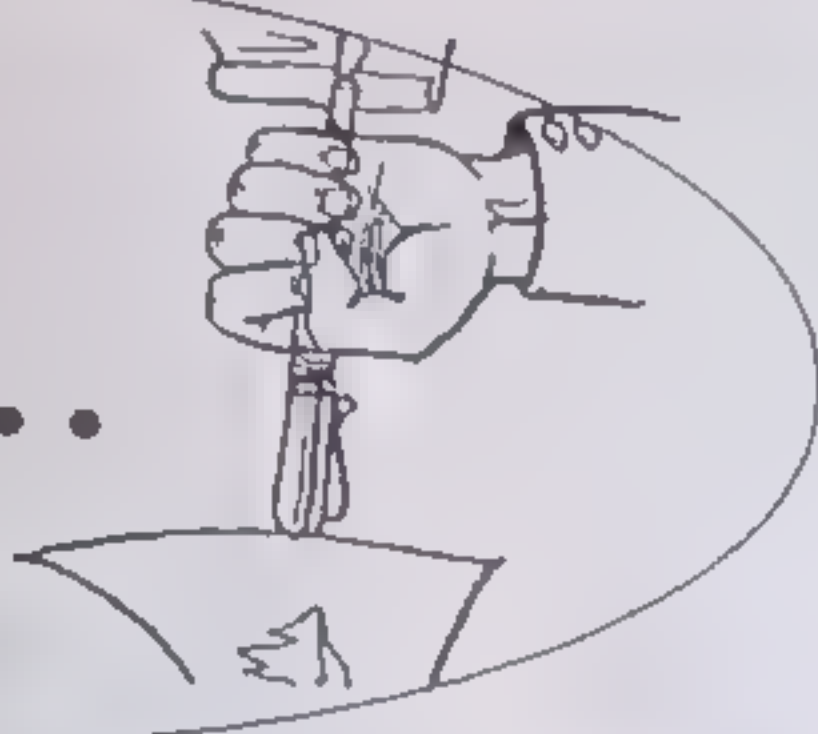
фире, чтобы получилась мазь. Эта мазь накладывается на рану, закрепляется лейкопластырем или повязкой. Через 2 часа повязку надо снять аккуратно (за это время мазь высыхает) и наложить снова свежеприготовленную. Пусть на это вы израсходуете пачку хорошего чая, но результат вас порадует.

Желаю всем удачи!

Л.А. КРАСНОВА

Красноармейский район

Нам
пишут...



ЕСЛИ ЗАЛОЖЕН НОС

1. Хочу поделиться своим методом лечения заложенности носа. Возможно, кому-то и пригодится.

У меня искривление перегородки носа, были и полипы, и чего только не было — оперировали 5 раз. В итоге сказали, что непонятно, откуда что берется... А я уже и говорила «в нос». А два года назад узнала рецепт и приготовила себе такое лекарство.

Сок свеклы (средней величины), немного настойки прополиса, чтобы не обжигало слизистую (добавляла пипеткой и проверяла по своим ощущениям), затем добавила немного мумие. Закапывала это лекарство несколько раз в день по полной пипетке. Раствор закончился, и вот уже, благодаря Богу, я свободно дышу и не гнусавлю.

ВАСИЛЬЕВА

п. Новогородовка

2. Решила написать известный мне рецепт для тех, у кого «нос забит» (многokратно опробован). Эвкалипт, мята и нюхательный табак — сухие (в равных количествах) залить оливковым маслом в пропорции на 1 часть смеси 2 части масла. Настоять в течение часа, процедить. Закапывать в каждую ноздрю. Помогает быстро.

Спасибо за газету!

ФЕДОРОВА А.М.

г. Армовир

И ПРОСТО, И ДЕШЕВО

Я очень рада, что появилась такая хорошая газета. К вам обращаются с просьбами — помочь, а я хочу дать хороший совет вам.

Я знаю, что у молодых девушек бывают угри и прыщи на лице и теле. Не всем помогают кремы, а у некоторых и денег нет на них. А мой совет и стоит недорого, и времени занимает мало. Я сама его использовала. И мне помогло!

Вам понадобится всего 2 баночки (по 35 г) простой серной мази. Ее можно купить в аптеке. Мазь наносят на тело с головы до ног. И так надо ходить и не мыться, пока мазь не впитается вся. Волосы не надо мазать. Повторяют эту процедуру через неделю. В зависимости от результатов ее выполняют 2-3 раза. Это средство подходит для всех типов кожи.

Алина ЗВЯГИЛЕВА.

Средства от подагры

Очень хочется помочь семье Неботовых, которые просили подсказать народные средства от подагры, отложения солей. Мне знакомы четыре способа лечения этой болезни, хочу ими поделиться.

1. **ВАННОЧКИ ИЛИ ПРИПАРКИ ГОРЯЧИМ ОТВАРОМ ЛЬНЯНОГО СЕМЕНИ.** Холст смачивается горячим отваром и прикладывается к больному месту. Боль исчезает буквально после 2-3 процедур. Постарайтесь только не обжечься.

Полпачки льняного семени заливают 3-4 стаканами горячей воды и кипятят 20-25 минут на небольшом огне в емкости с закрытой крышкой. Затем осторожно, чтобы не обжечься, опускать пальцы. Если нужно лечить большие участки (например, бедро), то можно делать припарки, используя для компресса холст.

ОТВАР ЛЬНЯНОГО СЕМЕНИ можно использовать несколько раз, он хранится в холодильнике. Ванночки делают 10 дней, припарки — через день. Поскольку отвар получается очень жирным, то нагревать его нужно каждый раз, хорошо размешивая гущу. Начальная температура подбирается индивидуально, терпите, но не переусердствуйте, можно получить ожог.

2. **ХОРОШ МАССАЖ**, но только классический. Можно проводить и самомассаж, если нет противопоказаний (онкология, воспалительные процессы и т.д.).

3. **ГЛИНОЛЕЧЕНИЕ.** На больные места накладываются глиняные аппликации (только нужно найти «работающую» глину, а не подделку). Лучше купить лечебную глину в аптеке.

4. **МЕД ИЗ ОДУВАНЧИКОВ.**

г. Мирный

Г.С. МАЗЕПА

ПОЛЕЗНАЯ СТРАНИЧКА

КОНКУРС ДЛЯ ПОДПИСЧИКОВ

условия

участвуют читатели газеты, подписавшиеся не менее, чем на 6 месяцев.

1. Необходимо собрать отрывные талоны газет с №13 по № 18 за 2002 год (итого 6 штук.)

2. Заполнить произвольно клеточки ☐ ☐

ОТРЫВНОЙ ТАЛОН

№ 17

3. В восемнадцатом номере будет опубликован **особый купон**, который необходимо в произвольном порядке заполнить, наклеить все отрывные талоны и выслать в редакцию по адресу: 83087, г. Донецк, а/я 2314, (в России - 111141, г. Москва, а/я 473, Краснобельмова Н.Б.), вместе с копией квитанции о подписке.

4. Все победители будут награждены главным призом: «ЛЮСТРОЙ ЧИЖЕВСКОГО»

Наш анонс

Напоминаем, что вышел из печати спецвыпуск № 17 «СД» - (777 чудес света).

В НОМЕРЕ МОЖНО ПРОЧИТАТЬ:

- Сенсация! СПИДа - нет.
- У россиян обнаружен «азиатский ген» программирующий на алкоголизм.
- Как вернуть молодость.
- Место тайное где все выздоравливают.
- Гипертоническая болезнь.
- Лекарство из яда.

Уважаемые наши читатели!

В адрес нашей редакции пришло более 10 тыс. писем с просьбой выслать газету с фотографией ясновидящего Владимира СОЛОМИНА. Отвечаем всем сразу, газеты мы не выслаем. Вы скажете, что она приносит удачу в делах и здоровье и вам необходимо но... газету мы не имеем возможности высылать. Календарики с фото В. Соломина и его личным напутствием, а также счастливым числом именно для вас - пожалуйста.

ВСЕ УСЛУГИ ПЛАТНЫЕ

1. Фото с числом удачи на деньги - 15 грн. - 300 руб.
2. Фото на выздоровление - 10 грн. - 200 руб.
3. Фото на охрану дома - 20 грн. - 400 руб.
4. Фото на защиту от сглаза, порчи, поражение энергетики - 20 грн. - 400 руб.

Деньги перечислять по адресу:

В Украине: 83087, г. Донецк, а/я 2314, Колесник Ксении Станиславовне.

В России: 111141, г. Москва, а/я 473, Краснобельмовой Нине Борисовне.

ВНИМАНИЕ! В письмо не забудьте вложить конверт с обратным адресом. Марок должно быть две.

Самоисцеление и долголетие № 17

ПАРОЛЬ «НАСТРОЙ НА ВЫЗДОРОВЛЕНИЕ»

Дата рождения

Имя

Пароль

ПАРОЛЬ «СНИЖЕНИЕ ИЗБЫТОЧНОГО ВЕСА»

Дата рождения

Имя

Пароль

ПАРОЛЬ «ДЛЯ ЖЕЛАЮЩИХ БРОСИТЬ ПИТЬ»

Дата рождения

Имя

Пароль

ПАРОЛЬ «ЛЮБОВЬ»

Дата рождения

Имя

Пароль

ПАРОЛЬ «СЧАСТЛИВОЕ ЧИСЛО»

Дата рождения

Имя

Пароль

ПАРОЛЬ «НА ДЕНЬГИ»

Дата рождения

Имя

Пароль

Слова-пароли - это фактор поддержки своего психометрического кредо в момент преодоления тех или иных препятствий в достижении успехов при движении к желанной цели.

Чтобы заработал пароль, он должен быть индивидуален и его лучше четко астрологически и энергетически определить.

Мы можем помочь Вам в этом, если Вы вырежете вышеприведенный купон и вышлите на наш адрес вместе с почтовым переводом на 5 гривень за каждый пароль (в случае заказа 3-х паролей стоимость составит 12 грн., 6-ти - 22 грн.).

Для России: стоимость услуги - 25 руб. за каждый пароль (в случае заказа 3-х паролей стоимость составит 60 руб., 6-ти - 110 руб.).

Льготы для подписчиков газеты: в Украине стоимость услуги 2 грн. за каждый пароль (в случае заказа 3-х паролей стоимость составит 5 грн., 6-ти - 10 грн.). В России 15 руб. за каждый пароль или 25 руб. - за 3 пароля и 48 руб. за 6 паролей. **Только не забудьте выслать также копию квитанции о подписке.**

Деньги переводить по адресу:

В Украине: 83087, г. Донецк, а/я 2314, Колесник Ксении Станиславовне.

В России: 111141, г. Москва, а/я 473, Краснобельмовой Нине Борисовне.

ВНИМАНИЕ! В письмо не забудьте вложить конверт с обратным адресом. Марок должно быть две. **Помните!** Ваше личное благополучие находится только в Ваших руках, и, используя наши советы, достичь его не составляет особого труда!

АСТРОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОГНОЗ НА ВТОРУЮ ПОЛОВИНУ СЕНТЯБРЯ

Ну что ж, отпускная пора давно завершилась, надеюсь, все мы засучили рукава. Ведь и наш земной календарь, и звездный подсказывают нам, что придется потрудиться после отпускной «волны» расслабленности.

Дни до 2 октября крайне неблагоприятны для разного рода «бумажных» дел, поездок, контактов. Вероятны проволочки в финансовых делах, разного рода путаница. Запланированные сделки, крупные покупки лучше перенести на более благоприятное время. В составлении документов внимание к мелочам будет затуманено, что может привести к досадным и значительным упущениям.

Отнеситесь внимательно к обещаниям и договорам, составленным в это время – либо они будут выполнены в полном объеме, либо позднее вмешаются непредвиденные факторы, которые изменят ход событий. Единственное, чему звезды могут дать «зеленый свет» - это осуществлению давних проектов, которые были отложены по разным причинам.

Если вы начали какое-то дело в этот период, запомните главное: чувства и личные привязанности должны быть оттеснены на задний план. Впрочем, у вас, скорее всего, просто не останется времени на «глупости», поскольку трудностей ожидается в изобилии. Также велика вероятность пострадать от грубых и

БЕЗ ТРУДА...

надменных людей, от которых многое будет зависеть.

В ЭМОЦИОНАЛЬНОМ ПЛАНЕ это также нелегкое время. Отношения с дорогими людьми проверяются на прочность, а эмоциональные вспышки превращаются в длительные размолвки. Период чреват повышенной конфликт-

добные взаимоотношения отличаются чрезвычайной страстностью и глубоким психологизмом. Течение их длительное и временами тяжелое. Очень характерно наличие «жертвы» и «мучителя», причем партнеры могут меняться ролями. Как правило, подобные отношения завершают собой не-

кий жизненный этап в судьбе партнеров. Сексуальная сторона взаимоотношений играет в них очень значительную роль.

ЧТО КАСАЕТСЯ ЗДОРОВЬЯ, то по-прежнему остается актуальной рекомендация не проводить операций в брюшной полости, особенно на органах желудочно-кишечного тракта без жизненных на то показаний. Трав-



ностью, особенно после 20 сентября. А обиды, нанесенные вами близким людям, они будут помнить долго. Так что, лучше пощадить свои и чужие чувства.

РОМАНТИЧЕСКИЕ ОТНОШЕНИЯ, завязавшиеся в этот период, надолго вырвут вас из привычного окружения. Как правило, такие отношения начинаются внезапно и очень бурно. Очень часто окружающие реагируют на них сугубо отрицательно, поскольку эти отношения каким-то образом умудряются задевать интересы многих людей. В дальнейшем по-

моопасны 20-е числа сентября. После 8 сентября можно провести консервативное лечение органов репродукции, но оперативное вмешательство все же не рекомендуется. Поддержите лечебной диетой органы желудочно-кишечного тракта, а также мочевыделительной системы, особенно те, кто страдает хроническими заболеваниями в этой области. **Сохраняется повышенная опасность кишечных отравлений или инфекций.**

Звездочет ВЕГА

В Украине: рег. уа. КВ 2847 от 3.10.97
Учредитель и главный редактор КОСТАНДА С. Я.

В России: рег. № 018633 от 25.03.99
Учредитель Мозжухина А. Н.
Издатель и редактор: Краснобельмова Н. Б.
141141, г. Москва а/я 473

E-mail: kostanda@mail.ru; iskra_ua@yahoo.com
<http://www.zona.com.ua/www/index.htm>
Главный редактор КОСТАНДА С. Я.
Отпечатано в "Типографии Михайлова"
г. Смоленск

Тираж 8500 экз. Общий тираж 18000 экз. 3.69Ю

Мнение авторов может не совпадать с мнением редакции. Перепечатка статей — с разрешения редакции.
Рукописи не возвращаются. Просьба: не использовать газету в хозяйственных целях.
Если она вам не нужна, подарите ее друзьям или соседям.

СА Самоисцеление и долголетие № 17

САМО ИЩЕЛЕНИЕ ДОЛГОЛЕТИЕ

Основана в 1994 году, выходит 2 раза в месяц

Подписной индекс:

для Украины 41332
для России 79671

Консультации
астролога

Ищите счастье в вещах снах

Вторая половина октября несет всем нам неустойчивость эмоций. Ощущается сильное стремление решить все проблемы мирно, но неадекватность реакций большинства людей способна свести все эти попытки на нет.

На работе старательность и добросовестность замечается и поощряется начальством. У стремящихся сделать карьеру есть шанс выдвинуться. Не лучший период для дорогостоящих покупок, завязывания любовных отношений и различного рода публичных выступлений, в т.ч. театральных, а также организации художественных выставок. Зато хорошо попытаться возобновить прерванные дружеские и любовные связи, в том числе вновь сойтись разведенным супругам. Время не слишком благоприятствует судебным делам. В плане здоровья стоит обратить особое внимание на половые органы и мочевыделительную систему: возрастает подверженность их инфекционным и разного рода воспалительным заболеваниям.

(Окончание
на 32-й стр.)



Дождевой
червяк и йог
— Вот в
лечение ГЛАЗ
подмога

Паук на службе
мертвицы
в уголовного
розыска

Правда ли, что шрам на
роже мужику всего дороже?

Виноград набожак
— это ж полный
«ништяк»

Когда медный
браслет ценнее
золотого

Древнейший наркотик обрел новую
жизнь, чтобы сеять СМЕРТЬ

№ 19 (октябрь) 2002 год

В номере:

Разговор с читателем	2
Диалоги в больничных аллеях	2
Духовное исцеление	3
Рожество Богородицы	3
Воздвижение	3
Союзу хворей не пройти	4
Уроки психолога	5
Не пилите опилки	5
Проверено временем	6
Всякая хворь с глаз долой	6
Сладка ягода	8
Солнечная гроздь	8
Паутина алкоголизма	9
Люди гибнут от металла	9
Вредные привычки	10
«Новый» старый наркотик	10
Чудо-травки	12
Медуница-легочница	12
Консультации специалиста	14
Гнойная инфекция	14
Зов предков	16
Монахи язвой не страдали	16
Клуб феноменов	17
Письма	17
Кроха	18
1000 мелочей для малыша	18
Здоровье через спорт	20
Вертикальный стадион	20
Уроки интимной жизни	21
Сексуальное здоровье	21
Насекомые-целители	22
Паук на службе	22
судмедэкспертизы	22
Здоровое питание	23
Огурец	23
Ваше здоровье	24
Не шуми, сердечко	24
Лечимся металлом	25
Медный целитель	25
Магия: история, традиции	26
Исцеление и черная магия	26
Фитотерапия	27
В ложке - лекарство,	27
в чашке - яд	27
Алло, скорая!	28
Обратная связь	29
Полезная страничка	31
Астрологический прогноз	32
Спокойствие,	32
только спокойствие	32

- Любое интервью - только с разрешения главного врача, - поставила меня в известность блондинистая врачиха в одном из корпусов больницы ... Впрочем, название ее роли не играет. По опыту своему зная, что получение разрешения может растянуться на неопределенное время (да, собственно, интервью ли мне нужно? Так, пара вопросов), я решил не беспокоить главврача, а просто поговорить с выходящими из больницы, гуляющими в больничном дворе. Естественно, что, по этическим соображениям, я не стал интересоваться анкетными данными собеседников.

Диалоги в больничных аллеях

- Вы от чего лечитесь? - задаю вопрос пожилому мужчине.

- Радикулит замучил. Я вообще-то сельский житель. Все время при земле, от нее и кормимся. Как весна, начинается спина болеть, в ногу отдаст. Как-то бо-роновали на огороде картошку - при-хватили. Добрался я до ближайшего ва-луна, присел. Посидел минут 20 - попустило. Вот уже не-сколькo лет камушком этим лечусь.

- Ну и как?

- Как сказать. Если сильно спина заболит, посижу на валуне - легче. А как объяснить это - не знаю.

- Редькой лечитесь пробовали? - В разговор включается бойкая ста-рушка и, не дожидаясь ответа, частит: - Берете, значит, редьку, натирае-те. Потом марлю в не-сколько слоев сложите, на нее редьку, кожу что-бы не сжечь, - и на спину. Здорово по-могает.

- Прикладывать надолго?

- Полчаса, и хватит.

- А вы, мамаша, чем страдаете?

- Ой, да когда-то, давненько уж, зи-мой через реку шла, под лед-то и про-валилась. Долго в ледяной воде была. Потом ноги отнялись. Люди добрые под-нялись помогли, но когда погода меня-ется, боли сильные начинаются. Вот и ложусь сюда - подлечиваюсь. Да и ве-селее тут, и кормят хорошо.

- Рецепт не подкажете.

- Ничего сложного. Смешать нутря-ной собачий жир и натираться.

- Есть попроще способ: взять 2 ст. ложки яичного белка, 1 ст. ложку эссен-ции, граммов 50 сливочного масла, все перемешать и натирать ноги.

- А я тыквой лечусь. - Седоватый муж-чина закуривает и, не дожидаясь воп-росов, но вида заинтересованные лица собеседников, продолжает: - Из тыквы мякоть вынимают, складывают в стек-лянную банку и засыпают сухой марган-

цовкой. Потом закрыть капроновой крышкой и поставить в тепло, пока тык-ва не растворится. Получается темная мазь; ее нужно втирать в ноги.

Неподалеку останавливается группа парней, тоже пациенты больницы, при-слушиваются. Один снисходительно улыбается:

- Вот что, старики, хотите, я вас классному средству от ревматизма и во-обще от болезней ног научу? Мне о нем дед рассказывал. Дело было в войну, а какие тогда лекарства? И вот заболели у деда ноги. Кри-ком кричал, а никто не знал, что делать. И тут какая-то бабка присоветовала муравьиным спиртом полечить. Ну, пошли родственники в лес с рецеп-том и чайником. Насобирали в чайник муравьев, заткнули все дырки и поставили в про-топленную печь. Часа через два от муравьев осталась только темная жидкость. Ею дед всевогда обмазали, все тело, только в области сердца не ка-

сались, укутали и уложили на печь спать. Утром проснулся потный весь, а боли как и не бывало. Еще раза четыре его так мазали и вылечили. Кста-ти, сейчас муравьиный спирт в аптеке купить можно.

Я обратил внимание на то, что вокруг нас начал постепенно собираться народ, мне пора было уходить, и я решил на последний вопрос:

- Вот вы все в народную медицину верите, рецепты ее наизусть знае-те, но лечитесь-то пришли в больни-цу. Почему?

Повисло неловкое молчание. Потом мой первый собеседник засмеялся:

- Ну, поддел. А ведь прав ты. Народ-ное средство еще приготовить нужно, потрудиться, а тут - на укол сходил, таб-летку глотнул - ну и порядок. А главное - люди здесь. Дома болеть тоскливо.

- Значит, в официальную медици-ну все же верите?

- А как же, она ведь тоже вся на на-родной стоит.

Больницу посетил
Валерий ВЕСЕЛОВ.

ДУХОВНОЕ ИСЦЕЛЕНИЕ

Рождество Богородицы Осенины. Осложинки

21 сентября - Рождество Пресвятой Владычицы нашей Богородицы и Приснодевы Марии. Празднуется Церковью как день всемирной радости. Оно ознаменовало наступление времени, когда начали исполняться великие и утешительные обетования Божии о спасении рода человеческого от рабства диавола.

Вторая встреча осени Луков день — собирают лук с гряд

КАК И В ДЕНЬ ВЕСЕННЕГО РАВНОДЕНСТВИЯ, В ЭТОТ ДЕНЬ ОБНОВЛЯЛСЯ В ИЗБАХ ОГОНЬ — СТАРЫЙ ГАСИЛИ,

А НОВЫЙ ВОЗЖИГАЛИ

Осложинки — это по существу праздник урожая: «осложинки справляются иногда в течение целой недели: чем урожайнее было лето, тем продолжительнее праздник», отмечает ходением в гости, после праздника.

широким хлебосольством. Обязательным считалось приглашение молодых к родителям (тестю и теще) вместе со свекром и свекровью для установления и скрепления добрых, мирных отношений между семьями сватов и между невесткой и родителями мужа.

Внуки нередко остаются у бабушки с дедушкой на несколько дней после праздника.

Воздвижение Честного и Животворящего Креста Господня

27 сентября - Воздвижение. По народной примете, на праздник «гады и другие пресмыкающиеся уходят в какие-то неведомые теплые страны», которые называют ирьем или вырием. Туда же улетают и ласточки.

Император Адриан, пытаясь уничтожить воспоминания о священных местах, приказал засыпать Голгофу и Гроб Господень землей. И на этом месте поставили капище языческой богини Венеры и статую Юпитера. Но через 300 лет император Константин Великий, первый, кто прекратил гонение на христиан, направил свою мать Елену на поиски Креста и Гроба Господня. Один старый еврей указал, где находится Крест. Разрушив капище Венеры, обнаружили Гроб Господень, три креста и 4 гвоздя. В Иерусалиме император Константин приказал воздвигнуть храм в честь Воскресения Христова,

включаящий в себя Гроб Господень и Голгофу. На следующий день состоялось освящение Храма и было установлено празднование Воздвижения Честного и Животворящего Креста. Это произошло 27 сентября 335 года.

Все приметы, характеристики и рекомендации этого дня так или иначе связаны со словом «двигаться» («двинуться»), от которого, вероятно, христиане производили и само название церковного праздника, давшее наименование дню 14 (27) сентября.

День Воздвижения принадлежит к числу тех, в которые не следует на-

чинать никакого важного и значительного дела, так как все, начатое в этот день, или кончится полной неудачей, или будет безуспешно и бесполезно.

**По другим сведениям, в день
Воздвижения крестьяне
воздвигали часовни, кресты,
соблюдали пост.**

Кто за добро воздаст злом, от дома того не отойдет зло.

МОЛИТВА

Ненавидящих и обидящих нас прости, Господи Человеколювец. Благотворящим милости Твоя. Братиям и сродникам нашим даруй яже ко спасению прошения и жизнь вечную. В немощех сущия посети и исцеление даруй. Иже в мори управи. Путешествующим спутешествуй. Служащим и милующим нас грехов оставление даруй. Заповедующим нам, недостойным, молиться о них, помози по велицей Твоей милости. Помяни, Господи, прежде усопших отцов и братьев наших и упокой их, идеже присещает свет лица Твоего. Помяни, Господи, братьев наших плененных и избави я от всякаго состояния. Помяни, Господи, плодоносящих и добродетельных во святых Твоих церквах и даждь им яже ко спасению прошения и жизнь вечную. Помяни, Господи и нас, смиренных и грешных, и недостойных раб Твоих, и просвети наш ум светом разума Твоего, и настави нас на стезю заповедей Твоих, молитвами Пречистой Владычицы нашей Богородицы и Приснодевы Марии и всех Твоих святых: яко благословен еси во веки веков. Аминь.

КАК ОБМАНУТЬ ПРОСТУДУ

Ученые до сих пор не могут объяснить, какая связь между простудой и холодом, ведь простуживаются люди очень часто не от холода, не так ли? Почему летом риновирусы не дают о себе знать, а зимой становятся возбудителями болезней? Может, эти возбудители болезней активизируются с наступлением холода? В ходе этих обсуждений появились новейшие советы мер предосторожности. Сейчас считается, что даже поцелуи больного человека не так опасны, как... прикосновение к носу. В ортвиовирус чувствует себя уютно, ему куда удобнее распространяться через слизистую носа, глаз.

Новые меры борьбы с активностью риновируса обязывают нас прежде всего сохранять в идеальной чистоте носовую полость.

* Если вас беспокоит ранняя форма насморка, вы можете помочь себе обычным промыванием носа холодной водой из-под крана. Попробуйте втянуть проточную водопроводную воду обеими ноздрями так, чтобы она не попала в гортань. Повторите эту процедуру 3-5 раз. А после этого поочередно высморкайтесь: сначала - одной ноздрей, закрывая пальцами другую, а затем - другой, закрывая первую. Открывайте при этом рот, чтобы не было давления в ушах.

Вставьте в ноздри смоченные в соленой воде тампоны (раствор берите в соотношении: на 100 мл теплой воды - 0,5 чайной ложки поваренной соли). Это поможет вам уберечь слизистую оболочку носа от отека.

Полезно промыть нос соком лимона. Выжмите его на ладонь и втяните так, как мы рекомендовали вам делать с холодной водой.

Осеннее межсезонье. Неустойчивая погода. Холодный ветер. Колебания атмосферного давления. Все эти факторы провоцируют простуду — заболевание, которое только на первый взгляд кажется безобидным. Респираторная инфекция чревата последствиями — серьезными заболеваниями легких, сердца, почек, суставов, головного мозга. Поэтому простуду лучше предупредить. А если уж лечить, то пусть в этом вам помогут народные средства.

рошо помогает медленное жевание лимона, особенно цедры. После этого в течение часа ничего не ешьте. Процедуру повторять через каждые три часа.

Как снять температуру

Чтобы снять температуру, намочите 4 тряпочки в очень горячей воде и приложите к подмышкам и к паху. Сделайте так несколько раз. Температура без таблеток спадет.

От кашля

+ В 0,5 стакана горячего молока добавить 1 столовую ложку растительного масла. Пить на ночь перед сном. В первую ночь кашель усилится, а на 2-3-й день пройдет.

+ В 1 бутылке водки (маленькой) растворить 1 стакан клюквы. Перед этим клюкву растолочь, протереть че-

СОЮЗУ ХВОРЕЙ НЕ ПРОЙТИ

От насморка

Для приготовления средства от насморка не требуется ничего, кроме лимонного сока.

+ Последний надо выдавить из лимона в ложку или на ладонь и затем втянуть носом настолько сильно, чтобы дать проникнуть соку до горла. Ощущение получается, конечно, очень острое и неприятное. Но оно вознаграждается результатом. Чихнув несколько раз и вычистив хорошенько нос, надо проделать эту процедуру еще один-два раза.

+ При сильном насморке помогает хозяйственное мыло. Нужно намочить кусок мыла, натереть пальцем пену и «заложить» ее в каждую ноздрю до отказа. Отчихаетесь, от слизи освободитесь, нос насухо вытрите и снова положите пену. Делайте так несколько раз в день до улучшения состояния.

В. Тройс

Я так всегда лечусь При ангине

+ Если вы уже заболели ангиной, сделайте отвар (один стакан) тысячелистника, смешайте его с 1 л горячего пива и пейте по стакану три раза в день, укутавшись в одеяло.

+ Также при ангине помогает полоскание: одно яйцо, взбитое со стаканом теплой воды. Микробы оседают на яйцо и покидают ваше горло.

+ При начинающейся ангине хо-

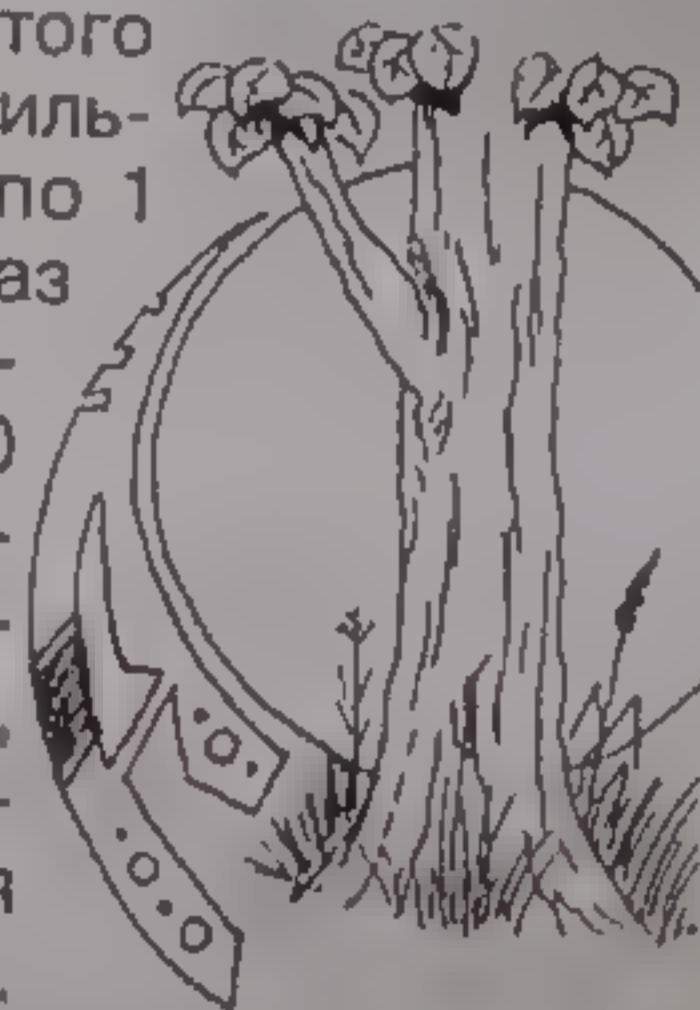
рез дуршлаг или сито, добавить 0,5 стакана сахарного песка и довести до кипения, чтобы сахар растворился (но не кипятить!). Пить по маленькой рюмочке 3 раза в день до еды. От кашля и бронхита следа не останется.

Профилактика до слез

После поездок в городском транспорте или визита не слишком здоровой подруги первым делом разрезайте луковицу пополам и нюхайте ее до слез. Прочистит даже мозги.

+ Защититься от гриппа и простуды можно и так. 1 луковицу сварить в 0,5 л молока (варить 3-5 минут), настоять 30 минут. Половину «лекарства» следует выпить утром, другую половину — вечером.

+ Половину лимона с цедрой мелко истолочь на блюде. Добавить туда истолченный чеснок (семь долек). Все это поместить в пол-литровую банку и залить холодной кипяченой водой. Закрывать банку крышкой и поставить в темное место на 4 дня. После этого поставить в холодильник. Принимать по 1 столовой ложке раз в день — утром натощак, минут за 30 до завтрака. Детям, в зависимости от возраста, дозу надо уменьшить (десертная или чайная ложка).



НЕ ПИЛИТЕ ОПИЛКИ

В наше сложное время человеку трудно сохранить здоровой свою нервную систему. Как научиться противостоять психическим нагрузкам, научиться владеть собой, справляться со стрессами? Лекарства, как известно, действуют лишь некоторое время, а раздражающие вас факторы остаются неизменными. Прислушаемся к совету доктора Карнеги, который предлагал «не пилить опилки».

СИГНАЛ ТРЕВОГИ

Связь между количеством важных жизненных событий, которые переживает человек, и вероятностью заболеваний существует априори. Серьезные изменения в жизни требуют большого напряжения сил, и вполне понятно, что они выматывают нас, тем самым снижая уровень защищенности.

Стресс — это реакция организма на любое изменение существующего положения — хорошее, плохое, реальное или даже воображаемое, — которая приводит к физиологическим, биохимическим и иммунным изменениям в организме.

Можно сказать, что стресс (так называемый сигнал тревоги) приводит организм в «состояние боевой готовности». К сожалению, гораздо чаще нам приходится защищаться, чем атаковать. Живя в режиме ожидания опасности, мы наряду с тем живем и в режиме жесткой экономии своих внутренних ресурсов. О том, что они на исходе, свидетельствуют некоторые симптомы:

- учащенный ритм сердечных сокращений;
- учащенное дыхание;
- напряжение мышц;
- повышенное кровяное давление;
- нарушение сна.

— Также сигналом тревоги должны послужить часто возникающие эмоциональные реакции:

- гневливость;
- плохое настроение;
- раздражительность;
- неспособность сосредоточиться;
- суетливость;
- ворчливость.

Ниже мы приводим некоторые

советы, которые помогут вам обойти стороной болезни, возникающие в результате нервных срывов.

НЕПРИЯТНОСТИ ОТСТУПАЮТ

Есть несколько довольно простых приемов, которые помогут вам реагировать на неприятности с наименьшими потерями для своего организма.

1. **Не спешите принимать решение в сложной ситуации.** Вспомните Скарлетт из фильма «Унесенные ветром», которая с оптимизмом произносила: «Я подумаю об этом завтра...» А у нас, у русских, есть не менее действенная присказка: «Утро вечера мудренее». Сгоряча не принимайте ошибочных решений, затяните время, оно сработает на вас.

2. **В момент конфликта, в разгар неоправданного, на ваш взгляд, разноса начальства постарайтесь не реагировать на слова, а мысленно начинайте считать.** Методичный счет ослабит острую реакцию, вы отвлекетесь, сама ситуация не будет для вас такой болезненной, вы будете выше нее.

3. **Иногда полезно быть «пофигистом».** Если вы понимаете, что ваша реакция ничего не изменит, то зачем переживать, болезненно реагировать на те или иные обстоятельства и, более того, представлять, что было бы, если бы... Последнее как раз сродни действиям, которые и характеризуются как «пилить опилки».

4. **Наконец, спрячьтесь в свою раковину.** Уйдите в себя, а шторм вокруг вас стихнет сам собой. Есть смысл реагировать только на то, на что вы можете и должны для пользы дела повлиять. Перед остальной суетой ставьте мысленный барьер.

ПАЛОЧКА- ВЫРУЧАЛОЧКА, ИЛИ НАУКА САМООБЛАДАНИЯ

Есть несколько простых упражнений, которые помогут вам обрести состояние покоя, нормального психического равновесия в экстренной ситуации.

1. **Сжать одну руку в кулак и обхватить этот кулак другой рукой так, чтобы они давили друг на друга.** Такое давление временно расслабляет диафрагму, дыхание становится ровным, вы не выходите из себя.

2. **Более простое упражнение: сблизить пальцы обеих рук, затем соединить пальцы, почувствовать в них напряжение, а затем и свое ровное дыхание.** Это упражнение лучше делать, закрыв глаза, прислушиваясь к тому, что внутри вас, чтобы ничто не отвлекало.

3. **Положите открытые ладони на ребра, закройте глаза и постарайтесь ощутить текущий через ноздри прохладный воздух.** Сделайте глубокий вдох... и выдох, вдох... и выдох. Эта палочка-выручалочка поможет в той ситуации, когда вам просто необходимо «сбросить» острое напряжение.

Закрепит успех теплая ванна с добавлением хвойного экстракта, валерианы, сосновых почек, сенной тухли.

СРЕДСТВО ОТ ПАНИЧЕСКОГО СТРАХА

Сядьте прямо, прижмите кончик языка к бугоркам над верхними зубами. Держите его там в течение упражнения. Раздвиньте зубы и выдохните через нос. Закройте рот и медленно вдыхайте через нос, мысленно досчитав до четырех. Задержите дыхание и досчитайте до семи. Затем на счет «восемь» сделайте полный выдох через рот. Выдох должен продолжаться вдвое дольше, чем вдох.

Снова вдохните и повторите упражнение три раза.



Прекрасное - это символ морального добра.

Не относитесь

плохо

к ПОЖИЛЫМ

К сожалению, очень часто больные, а также их родственники жалуются на то, что медики предвзято относятся к больным в возрасте. Даже откровенно говорят, что помочь будет трудно, независимо от тяжести заболевания, ведь человек уже старый. Почта, которую мы получаем на такие темы, волнует. Подобные факты, конечно же, требуют принятия серьезных мер, если люди, дававшие клятву Гиппократу, отказываются помочь больному. А помочь иногда бывает так просто!

✓ При простудных заболеваниях пожилому человеку нужно сделать настой ромашки, упарить его с сахаром (до загустения). Получатся эффективные капли в нос.

✓ Если у пожилого человека отобрало речь от падения, выводят его из шокового состояния постепенно. Для этого необходимо терпение и максимум внимания. Покой и уход. Ставьте клизмы, они помогают при всех болячках как очищающее средство. И поите соками.

✓ Пожилым людям очень полезно принимать свежие соки, восстанавливающие активность (полезны они и как профилактическое средство). Например, делайте такой сок. Отожмите сок репы, салата и моркови (в соотношении — 1:1:6). Целесообразно чередовать этот сок с другими. Для приготовления их можно взять яблоки и столовую свеклу, морковь, капусту и сырой картофель.

✓ При почечной недостаточности, помогает отвар таких растений: трава астрагала, корни синюхи голубой, трава собачья крапива (пустырник), шишки хмеля обыкновенного и трава Melissa (соотношение - 2:1:3:1:1).

А. Корнев

Уважаемая редакция!
Мне скоро пятьдесят лет.
Большую часть жизни
страдаю от заболеваний
органов зрения. Не могли
бы вы помочь какими-
нибудь народными
рецептами?

Алексей Владимирович,
г. Донецк

ВСЯКАЯ ХВОРЬ - С ГЛАЗ

ОТ РЕДАКЦИИ: Уважаемый Алексей Владимирович. Мы с удовольствием помогли бы Вам, но Вы не написали, каким конкретно заболеванием Вы страдаете. Все же я обратился к врачу-офтальмологу одной из донецких клиник Татьяне С. с просьбой поделиться собранными ею за долгую практику рецептами народной медицины, помогающими избавиться от разного рода глазных хворей.

Валерий ВЕСЕЛОВ

РАССТРОЙСТВА ЗРЕНИЯ И ВОСПАЛЕНИЕ ГЛАЗ

Взять 1 ст. ложку сухой черники и залить с вечера холодной водой на 2 см выше уровня ягод. Утром съесть их натощак за полчаса до завтрака.

Измельченные плоды сельдерея настоять в стакане холодной воды в течение 2 часов. Закапывать в глаза утром и вечером.

1 ч. ложку цветков черемухи залить стаканом холодной кипяченой воды и настоять в течение 8-9 часов. Промывать глаза или делать примочки 3 раза в день.

2 ч. ложки толченых семян подорожника залить стаканом кипятка и настоять 15 минут. Промывать глаза или делать примочки 3 раза в день, принимать настой внутрь по 1 ст. ложке 3 раза в день.

Несколько раз в день закапывать в глаза теплое пар-

ное молоко.

20 г. травы дурмана залить стаканом кипятка, настоять 20 минут. Делать примочки 3 раза в день.

5 г. корня копытня залить стаканом кипятка и настоять в течение 2 часов. Промывать глаза или делать примочки 3 раза в день.

Взять 1 ст. ложку травы льнянки, 1 ст. ложку цветков василька, 1 ст. ложку цветков бузины. Смесь

залить 2 стаканами кипятка, настоять в течение 8 часов, процедить. Применять в виде примочек и капель.

1 ч. ложку меда развести в стакане воды и прокипятить в течение 5 минут. Делать примочки.

При нарушениях зрения пить сок моркови

2 ст. ложки цветков малины залить стаканом кипятка и настоять в течение 2 часов. Применять в виде капель или примочек.

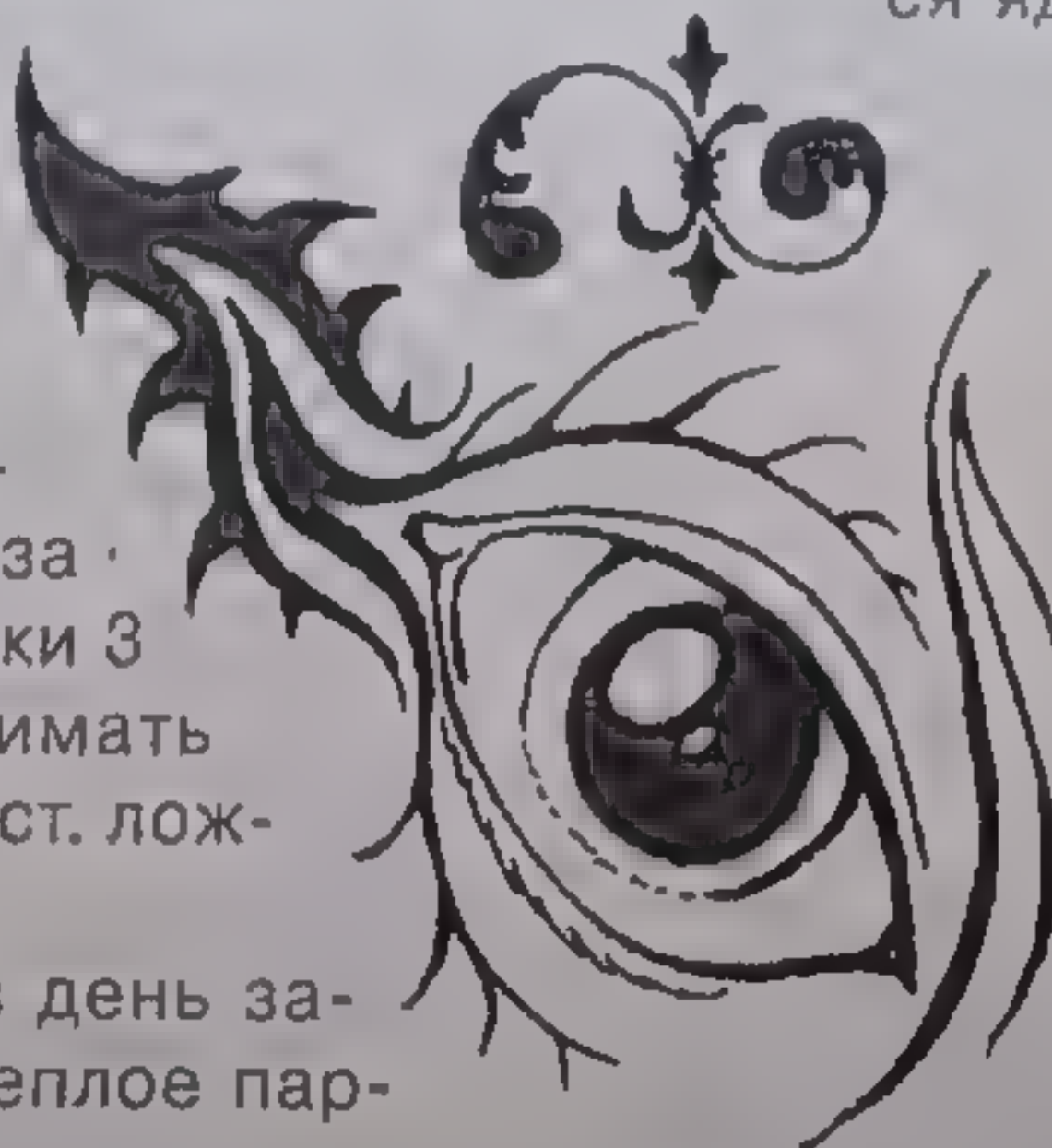
КАТАРАКТА

Промыть стакан дождевых червей, посыпать сахаром каждый слой и топить в духовке при невысокой температуре. Когда образуется жидкость, остудить ее и несколько раз профильтровать, пока она не станет прозрачной. Закапывать в глаза по одной капле 2-3 раза в день в течение двух недель. Если улучшение будет незначительным либо его не будет вообще, через неделю лечение нужно повторить, но червей уже пересыпать не сахаром, а солью. Заготавливать червей нужно в мае или июне. В июне, в период размножения, дождевые черви становятся ядовитыми!

УСТАЛОСТЬ ГЛАЗ

Несколько тонких ломтиков сырого картофеля положите на веки. Расслабьтесь. Через 5 минут снимите компресс.

Несколько раз смочите глаза холодной водой, прижмите веки пальцами и спокойно



ПРОВЕРЕНО ВРЕМЕНЕМ

посидите несколько минут, стараясь ни о чем не думать.

Сделать компресс из чайной заварки.

Настоять лист агавы в 0,5 стакана воды, добавить туда десертную ложку меда и хорошо размешать. Промывать глаза несколько раз в день.

Прикладывать к глазам распаренную траву чистотела с медом или отвар травы чистотела с медом.

ДОЛОЙ!

ЯЧМЕНЬ

Накладывать на глаз платочек, смоченный в простокваше. Затем сорвать 5 листиков подорожника, промыть их холодной водой и наложить на больное место. Сварить вкрутую яйцо, очистить его от скорлупы и положить его горячим на листья подорожника. Прогреть, пока яйцо не остынет. Через 2 часа процедуру повторить. И так несколько раз. Ячмень скоро созреет и вытечет.

Прикладывать к больному месту растертый свежий корень лопуха.

В народе существует магическое средство избавления от ячменя на глазу. Нужно резко, неожиданно для больного, ткнуть ему под самый глаз кукиш, поклониться в пояс на все четыре стороны света и, распрямившись, сунуть ячменю кукиш, произнести шепотом заговор:

«Шок, шок - на тебе кукишок, медом мазанный, дымом умаемый; шок, шок - сядь на вершок, ветер повеет, солнце пригреет, птица вылетит, зерно выклюнет, по свету развеет, в яму положит, яма на краю земли, где люди не ходят, а волки воют». После этого танцуя пройтись вокруг больного. Смеяться нельзя!

Нагреть на сковороде льняное семя, насыпать его в носовой платочек и завязать узелком, но не очень туго. Прогреть больное место.

Йога для глаз

У вас постоянно устают глаза, а зрение имеет тенденцию к ухудшению? Мудрые йоги разработали специальный комплекс упражнений, позволяющий легко преодолеть эти недуги. Все предельно просто...

ДНЕМ наполняем глаза энергией. Примите удобную позу — сидя или лежа на ровной поверхности. Сначала нужно закрыть глаза, затем расслабить брови, веки, губы, слегка улыбнуться и представить, что сверху на лицо льется голубой поток энергии. Он проникает через зрачки в голову и стекает по позвоночнику вниз. Время выполнения упражнения — около 5 минут.

ВЕЧЕРОМ сядьте прямо и поставьте на уровне глаз горящую свечу. Свет в помещении следует погасить. Вспомните в памяти его цвет, стекающий и застывающий парафин, черный фитиль с язычком пламени.

Комплекс упражнений «Тратака» можно выполнять в любое время дня, сидя на коврике

Поднимите ладони на уровень глаз так, чтобы кисти находились под углом 45 градусов. В момент медленного выдоха начните массировать закрытые глаза нижней внутренней частью ладони. Движения совершать в направлении от переносицы к вискам, пальцы сжать. Массаж выполняется до тех пор, пока не будет закончен выдох. Сложите ладони пригоршней и накройте ими закрытые глаза. Не отнимая ладоней от лица, откройте глаза и сделайте спокойный глубокий вдох, медленно раскройте ладони веером.

Положите руки на колени, сомкните пальцы и выпрямите спину. Смотрите прямо перед собой в одну точку. Выдохнув, посмотрите в левый нижний угол, не поворачивая головы. Держите глаза в таком положении до тех пор, пока не появится желание моргнуть. Сделайте вдох, выдох, посмотрите в правый крайний нижний угол, не поворачивая головы. Посмотрите на палец, держа его напротив носа, а затем переведите взгляд на кончик носа. Посмотрите на палец, держа его напротив верхней части переносицы.

Сделайте глубокий вдох и выдох и произведите вращательные круговые движения глазами. Во время медленного выдоха произведите массаж глаз нижней внутренней частью ладони. Движения — в направлении от переносицы к височной кости. Пальцы следует сжать. Теперь сложите ладони пригоршней, не оставляя просвета между ними, и накройте ими глаза, нос и рот. Задержите дыхание. Не отнимая ладоней от лица, откройте глаза, а потом сделайте спокойный глубокий вдох.



Люди не рождаются, а становятся теми, кто они есть.

СЛАДКА ЯГОДА СОЛНЕЧНАЯ ГРОЗДЬ

ЧЕРНИЧНЫЕ РЕЦЕПТЫ ЗДОРОВЬЯ

Органические кислоты, эфирные масла, алкалоиды, витамины С, В, фенол, дубильные вещества, соли марганца, железа, хрома, никеля, меди - все эти полезные компоненты содержит в себе черника. Никакое другое растение из вашего сада не содержит в таком количестве разнообразия полезных веществ, которые благотворно влияют на ваше зрение, способствуют расслаблению сетчатки глаз, снижают утомляемость при перенапряжении зрения.

Ягоды черники используют для приготовления киселя при поносах у детей. Плоды черники снижают давление, выводят из организма токсичные вещества. Есть чернику (по 1-3 стакана в день) рекомендуют при подагре, ревматизме, нарушении обмена веществ, изжоге, ночном недержании мочи, малокровии, гипертонии, атеросклерозе, кожных заболеваниях и других болезнях. **Рецепты приготовления просты:**

Залейте в термосе 4 столовые ложки ягод 2 стаканами кипятка. После 5 часов настаивания принимайте по 1/4 стакана 4-6 раз в день при подагре, ревматизме, других заболеваниях.

4 столовые ложки ягод залейте 2 стаканами кипятка и пусть настаиваются в термосе 3-5 часов. Применять по 1/4 стакана 4-6 раз в день при гастритах, колитах, дизентерии.

Залейте в термосе 2 столовые ложки сухих ягод 2 стаканами крутого кипятка и подождите, пока настоится, 5-8 часов. Пейте по 1/4 стакана 5-6 раз в день при почечно-каменной болезни, подагре, ревматизме, малокровии, кожных болезнях.

3 столовые ложки этих ягод, настоянные на 1,5 стакана кипятка, через 5 часов настаивания пейте по 1/4 стакана 4 раза в день при ревматизме.

С Павлом Демьяновичем я познакомился в очереди к окулисту, к которому пришел после травмы глаза. Как это часто бывает, люди быстро знакомятся в очереди к врачу, каждый стремится рассказать о своих болячках; оно и понятно - ищут пациенты сочувствия.

Мы разговорились с этим уже немолодым человеком, и он сказал, что смолоду занимается ампелотерапией. Меня заинтересовало это ранее не слышанное мною слово. Я попросил объяснить его значение.

- Все просто, - ответил мой собеседник. - **Ампелотерапия - это лечение виноградом.** Но, как в любом лечении, здесь имеются свои правила. Скажем так: сочные сорта лучше назначать, когда следует поберечь слизистую оболочку желудка и кишечника, обогатить организм жидкостью и усилить диурез - в этих сортах почти нет клетчатки. Мясистые сорта с грубой клетчаткой желателен употреблять при пониженной перистальтике кишечника. А вот если у больного хронический катар верхних дыхательных путей - для него незаменимы ароматические масла.

- **Сколько же винограда человек должен съедать?**

- Обычная суточная доза - два килограмма. Это количество, если отбросить кожуру и семечки, где-то 360 г глюкозы - основного компонента виноградного сока. Но при таком лечении человек нуждается в повышенной двигательной активности, слишком много калорий он получает.

- **Что еще можно лечить виноградом?**

- Виноградом и виноградным соком лечат воспалительные процессы в печени и желчевыводящих путях. Сок в данном случае действует желчегонно. О благотворном влиянии винограда на сердечно-сосудистую систему говорить, я думаю, не стоит. Об этом уже тома написаны.

- **А влияет ли как-то виноград на желудочно-кишечный тракт?**

- Конечно. При хронических гастритах в результате виноградолечения прекращаются запоры, улучшается общее состояние. При ко-

литах виноградный сок уменьшает изжогу, отрыжки, тошноту и боли в поджелудочной области, ослабляет кишечные колики. Не менее эффективен виноград и при мочекаменных диатезах: он вызывает диурез и затрудняет отложение песка и образование камней.

- **Вы говорили о катарах...**

- ...верхних дыхательных путей. Виноград смягчает ощущение сухости и постоянного раздражения, успокаивает кашель, уменьшает осиплость голоса, нормальный вид принимает слизистая оболочка. Известна общеукрепляющая роль винограда - растет гемоглобин, увеличивается количество эритроцитов в крови.

От себя могу добавить, что в винограде содержится достаточно солей калия и кальция и это благотворно сказывается на функции вегетативной нервной системы, оказывая местное и общее успокаивающее воздействие на организм. В лечебных целях виноград употребляют в свежем виде, совершенно зрелым с сахарностью не ниже 15%. **Есть лучше натошак. Суточную дозу в количестве 2 килограммов** обычно распределяют на 2-3 приема. Первый прием (800 г) - утром за час до завтрака, второй (600 г) - за два часа до обеда, третий (600 г) - через три часа после обеда.

Суточная доза виноградного сока (до 600 мл) назначается натошак равными дозами два раза в день - в 8 часов утра и 18 часов вечера.

Учитывая высокую калорийность винограда, пища в период ампелотерапии должна быть легкой и малокалорийной.

Подготовил
Валерий ВЕСЕЛОВ.



40-летний краматорчанин Олег В. всю жизнь трудился на производстве простым рабочим. Естественно, золотых гор не нашёл, а тут ещё в эпоху нового капитализма начались задержки зарплат. Семья Олега, как и миллионы других семей, была разорена приватизацией, и перед ней отчетливо маячила перспектива голода. Помощь пришла неожиданно.

Андрюхе с Толиком мучительно хотелось выпить. Бутылка самогонки имела, но не было закуски, да и доза в 250 граммов «на рыло» представлялась смехотворной.

- Зайдем к «металлисту», - Андрей начал развивать свой план, - нальем ему «сотку», потом скажем - пусть колется на «пузырь» с закусью. Должен «повестись», он нас побавляется.

Не шибко башковитый Толян принял предложение с восторгом. Все казалось таким простым и гениальным. План в принципе удался. Олег сразу выставил на стол еще одну бутылку самогона и нехитрую снедь. Посидели пару часов.

- Ну, раз пошла такая пьянка, режь последний ананас, - наметнул

ЛЮДИ ГИБНУТ ОТ МЕТАЛЛА

Бывший одноклассник предложил Олегу собрать для него металлолом. То есть, конечно, не самому собирать, а закупать его у других таких же бедолаг, в которых недостатка не было. Дня не прошло, чтобы Олег не узнал об очередной краже электрического кабеля или куска железнодорожного рельса. Приобщаться к «скользкому» бизнесу не хотелось, но выбора не было.

Благоделитель-одноклассник проинструктировал: брать металлолома не стоит, можно быстро «сгореть», а найти 5-6 надежных пацанов и иметь дело лишь с ними. О том, что приемлемый металл будет в сущности ворованным, при этом как-то умалчивал. По его словам получалось, что никакого криминала в предложенной Олегу работе нет, просто нужно уметь «крутиться».

Вскоре на нового приемщика металла работало несколько пацанов. Олег старался подбирать ребят до 18 лет: если «засыпят», глядишь, скидка выйдет. Так на его подворье частыми гостями стали Андрей П., 16-ти лет, и Анатолий Б. - этому недавно исполнилось 17.

...На улице стоял теплый вечер,



Андрей и растолковал хозяину, - денег у нас нет, но где взять водюгу, я знаю. Так что кидай монеты, я сбегаю.

- Не, пацаны, хватит. Да у меня и денег нет, и спать охота.

Олег был уже не рад тому, что ввязался в пьянку с малолетками.

- Это у тебя денег нет? - насмешливо поинтересовался Толян. - Ну не жмись, дай. Мы завтра металлолом рассчитаемся.

Но хозяин был непреклонен. Еще немного поспорив, тройка улеглась спать.

Андрюха проснулся в три часа ночи, растолкал Толика:

- Слышал, этот гад сказал, что денег нет? Говорит, деньги у него есть, надо только найти.

- А вдруг проснется?

- Оглушить нужно. Только чем?

- Я во дворе кирпичи видел... Только знаешь, ты это придумал, ты и бить будешь... или тогда уж вместе, только без крови.

Со двора принесли кусок кирпича и молоток. Стали с двух сторон от спящего Олега и, не сговариваясь, ударили по голове спящего каждый своим орудием.

- А может, добьем, - хмель еще играл в Андрюхиной голове, - никто же не узнает...

Из сарая Андрей принес металллический уголок и начал зап-

росто и по-деловому «добивать» хозяина дома по чему попало. Позже на трупе эксперты обнаружат 60 (!) нанесенных убийцами ран.

...Денег они не нашли. Их и не было. Олег накануне сдал кассу. Только в банке из-под кофе обнаружилось 20 гривен. Прихватили двухкассетный магнитофон с записями кожаную куртку...

...Старший брат Андрея сидит в следственном:

- Просыпаясь, орет музыкой, хожу в другую комнату - чужую, на столе играет. Андрюха сидит на нате перегаρίζει. Разбудил - чем дело? Он говорит «Принимай замочили». «Как?» - спрашиваю. «А

в голову что-то жакнуло среди ночи. Мы его с Толяном и... того». А потом

разозлился, орет: «Ну и что? А жить как? Мы же бедные, четверо нас у матери, да батя в тюрьме. А я тоже хочу магнитофон иметь...» Потом вроде отошел немного, успокоился. «Ты меня, - говорит, - не сдавай. Я в деревню махну к родне, там заникаюсь. Потом, когда уляжется шумиха, вернусь».

До деревни 16-летний убийца не доехал, Утром его арестовали. Дорого пацанам «двухкассетник» обойдется.

Валерий ВЕСЕЛОВ

(Все имена в статье изменены.)
Материал предоставлен старшим прокурором Донецкой облпрокуратуры Ольгой Сиряченко.

Анекдот

- Вы должны немедленно бросить курить!

- Я не курю, доктор.

- Ни капли алкоголя!

- Я совершенно не пью.

- Вам нельзя есть ничего острого!

- Я вегетарианец...

- Но что-нибудь, черт побери, вы любите?

- Картошку...

- Так вот, с сегодняшнего дня я вам запрещаю есть картошку в любом виде.

Нельзя помочь тому, кто не желает слушать советы.

ВЫПЬЕМ НА ЗДОРОВЬЕ

Люди не могут жить, не утоляя жажду. А ведь напитки - это не только утоление жажды, но и насыщение организма. Именно такими полезными для человеческого организма напитками являются соки - бодрящие, освежающие и, безусловно, очень полезные по своему составу. Ведь в соках сконцентрированы все элементы, необходимые для нормального функционирования организма человека. Кроме того, соки в народной медицине применяются еще и для излечения многих заболеваний. Предлагаем несколько рекомендаций по применению соков, которые помогают при гастрите с пониженным кислотообразованием.

✦ **Ананасовый сок.** Никакой другой напиток не обладает таким количеством бромелайна - протеолитического фермента, который берет участие в расщеплении белков и тем самым способствует пищеварению. Пейте этот сок по 200 мл два раза в день перед едой (самое оптимальное время - за 30 минут до еды).

✦ Очень эффективным бывает при таких заболеваниях употребление **морковного сока**. Он помогает при различных формах проявления гастрита. Очень быстро начинает действовать - успокаивает ноющие боли в животе. Регулирует пищеварение, уменьшая нагрузки на желудок.

✦ Если вам удастся заготовить **корень аира**, воспользуйтесь таким рецептом: одну чайную ложечку сока, приготовленного из этого корня, разведите в 100 мл кипяченой воды. Пейте перед едой. Такое лечение способствует выработке соляной кислоты.

✦ Измельчите с помощью мясорубки **листья подорожника**. Отожмите через марлю сок.

Одну столовую ложку разведите в 50 мл теплой воды и принимайте за 15-30 минут до еды в течение 1-4 недель.

**Умереть с глюками или без...
Какая, в принципе, разница?
Это не будет иметь значения
ни для тебя, ни для твоих
друзей. Итог один: тебя
больше нет и никогда не
будет.**

А. Г. Смирнов

бывает только в мышеловке. Подросткам приходится за доступность наркотика расплачиваться весьма жестоко, порой и собственной жизнью. Кто-то, не зная своей дозы, умирает от аллергической реакции или отравления, кого-то увозят на «скорой» в сумасшедший дом, у кого-то младшие брат или сестра съедают грибные запасы, а потом му-

В ЖИЗНЬ ПОДРОСТКОВ

*Хотя совершенно новым
назвать его нельзя.*

*По сути, он является
самым древним из известных*

Страшный наркотик

Просто сейчас он стал наркотиком № 1 в Украине. Самым потребляемым, самым распространенным. У него нулевая себестоимость. Он общедоступен.

Сейчас все чаще наркоторговцы стали «разбавлять» свой товар - подмешивать в классические наркотики (кокаин, героин, марихуану) сахарную пудру, свинец, димедрол... таким образом увеличивая прибыль от продажи. «Классические» наркотики дороги, хотя цена на них, в отличие от цен на продукты, увеличилась не сильно.

Новый наркотик «разбавить» невозможно. И это притягивает к нему наркоманов «со стажем». Качество его легко проверить. Его легко узнать. При этом он хорошо закамуфлирован под продукт безобидный. Растет где угодно и заготовить им можно на год вперед. Подростки почему-то наивно считают, что умереть от него нельзя. Что он не только не вредит, но и помогает осмыслить мир и познать самого себя. Этот наркотик находится... в обычных грибах.

Хотя, в общем-то, в грибах не совсем обычных. Magic mushrooms - вот к чему обратились в настоящее время подростки.

И родители должны знать об этом их увлечении.

Последний в жизни мультик

Как известно, бесплатным сыр

чительно умирают от отравления передозировки.

Воздействие грибов начинает сказываться через десять-двадцать минут после их приема. Человек начинает непроизвольно зевать, хотя никакой сонливости не ощущает. Повышается зрительная и слуховая восприимчивость, затем начинаются галлюцинации. Под воздействием псилоцибина искажается восприятие времени, пространства, свойств предметов (на дискотеках подростки поднимают лучики света или пытаются пройти сквозь стену).

Серьезная опасность заключается в том, что у многих подростков в наше время крайне неустойчивая психика. У них масса комплексов и проблем. После приема наркотика подросток погружается в мир своего подсознания. Итогом часто является срочная госпитализация с устойчивым психозом.

Кроме псилоцибина в «волшебном грибе» есть еще и псилоцин. Он обладает психотропным действием. Его употребление приводит к несбалансированной активности нейронных цепей, связанных с эмоциональной сферой. Это порождает в коре головного мозга яркие образы, слуховые и обонятельные

Галлюцинации. У человека возникает эйфорическое состояние при как будто ясном сознании. Чувство непобедимости - одна из опасностей этого наркотика. В таком состоянии подростки легко и охотно идут на совершение преступлений: драк, краж, убийств, грабежей и разбоев. Вторая опасность состоит в тяжелых остаточных явлениях (даже через несколько лет внезапно мож-

ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ

но впасть в состояние наркотического опьянения).

На Руси юродивых любят

Распространение Magic mushrooms началось в начале девяностых годов. Тогда в руки подростков попала книга психоделика К. Кастанеды «Дверь в иные миры». Всем из-

идных расчесок. А в лесах неподалеку растут такие грибочки...

Грибы - они общие

В настоящее время Psilocide Semilanceata и Stropharia насчитывает около ста сорока видов грибов. Произрастают они практически везде - их находят и в Антарктиде, и в тропиках. В Ленинградской области

ВОШЕЛ НОВЫЙ НАРКОТИК

вестные философские истины поданы в ней настолько смачно и красиво, что желание отведать галлюциногенных кактусов и грибов возникает даже у закоренелых алкоголиков.

Мода на поганки началась и продвигалась полным ходом - по существу же, о них было известно очень мало. В городах на стенах начал появляться логотип грибной революции, символ расширенного сознания - три извивающиеся поганки с остроконечными шляпками. Иногда рисунки сопровождаются надписями типа: «Раскрасим мир сами». Тогда-то подростки и начали попадать в мир иной или в клиники для душевнобольных.

С появлением спроса на психоделики практически одновременно возникло и предложение. Самопальный диэтиламид лизергиновой кислоты (1-30) и схожий по действию ПСП (фенциклидин) изготавливались химиками в неограниченных количествах. Купить его можно было на каждом углу. В среде неформальных тусовщиков появились первые «кислотные идиоты». Их любили и продолжают любить, как испокон веков любят на Руси юродивых...

Но отечественная кислота была слишком низкого качества, и это не устраивало «покупателей». Зачастую вместо плавных «путешествий» «психоделический странник» бился в кошмарных судорогах и поутру выдирали из шевелюры седые волосы.

Из-за химической загрязненности препарата наркоманы по нескольку дней не могли выйти из состояния общей депрессии и неделями мучились гнилой отрыжкой (кислота сжигает слизистую желудка).

Среди наркоманов поползли слухи, что «кислоту» гонят из целлуло-

растет вид с самым высоким содержанием псилоцибина - до 24 миллиграммов на грамм. Грибы эти любят селиться на торфе, заболоченной местности и сфагновых болотах, козьих и коровьих выпасах. Встречаются они и на городских газонах.

В выходные дни по окрестным полям городов бродили сотни модно одетых молодых людей. (Теперь там дежурят автобусы с оперативниками, и сборщики грибов методично отлавливаются и привлекаются к уголовной ответственности.)

Местные жители долго не могли понять, что нужно здесь городским пришельцам? Вскоре все стало на свои места. Деревенские гопники пытались «приватизировать» грибные поля, нещадно избивая городских. Но вскоре «по грибы» стали приезжать бандиты. Им недосуг было ползать по кочкам, и каждый, кто собирал на поле грибы, отдавал в корзину бандитам ровно половину грибной добычи.

В России с приготовлением грибов никто никогда не церемонился - едят как попало. Встречаются, конечно, гурманы, которые готовят их по старинной шумерской методике, отваривая в меду. Также их можно жарить с картошкой или добавлять в горячие бутерброды.

Галлюциноген, содержащийся в этих грибах, не разлагается от температурного воздействия, зато видоизменяется при длительном хранении. Количество грибов, которое может съесть тот или иной человек, различно. Некоторые съедают пятьдесят поганок и отправляются путешествовать в мир иной. Употребление грибов - это как русская рулетка: можешь сразу отправиться к праотцам, а можешь пожить немного. А итог один - смерть.

Присмотритесь повнимательнее к своему ребенку, и если:

- на стенах его комнаты появились картинки с изображением грибов;

- в нем заметна излишняя заторможенность или возбужденность;

- участились поездки в лес с друзьями - якобы за грибами;

- ребенок слушает музыку рэйв или acid-house;

- он посещает сомнительные клубы и приходит в невменяемом состоянии, а алкоголем от него не пахнет;

- он увлеченно читает книги Маккенны или Кастанеды;

- ребенка раздражает свет и звуки.

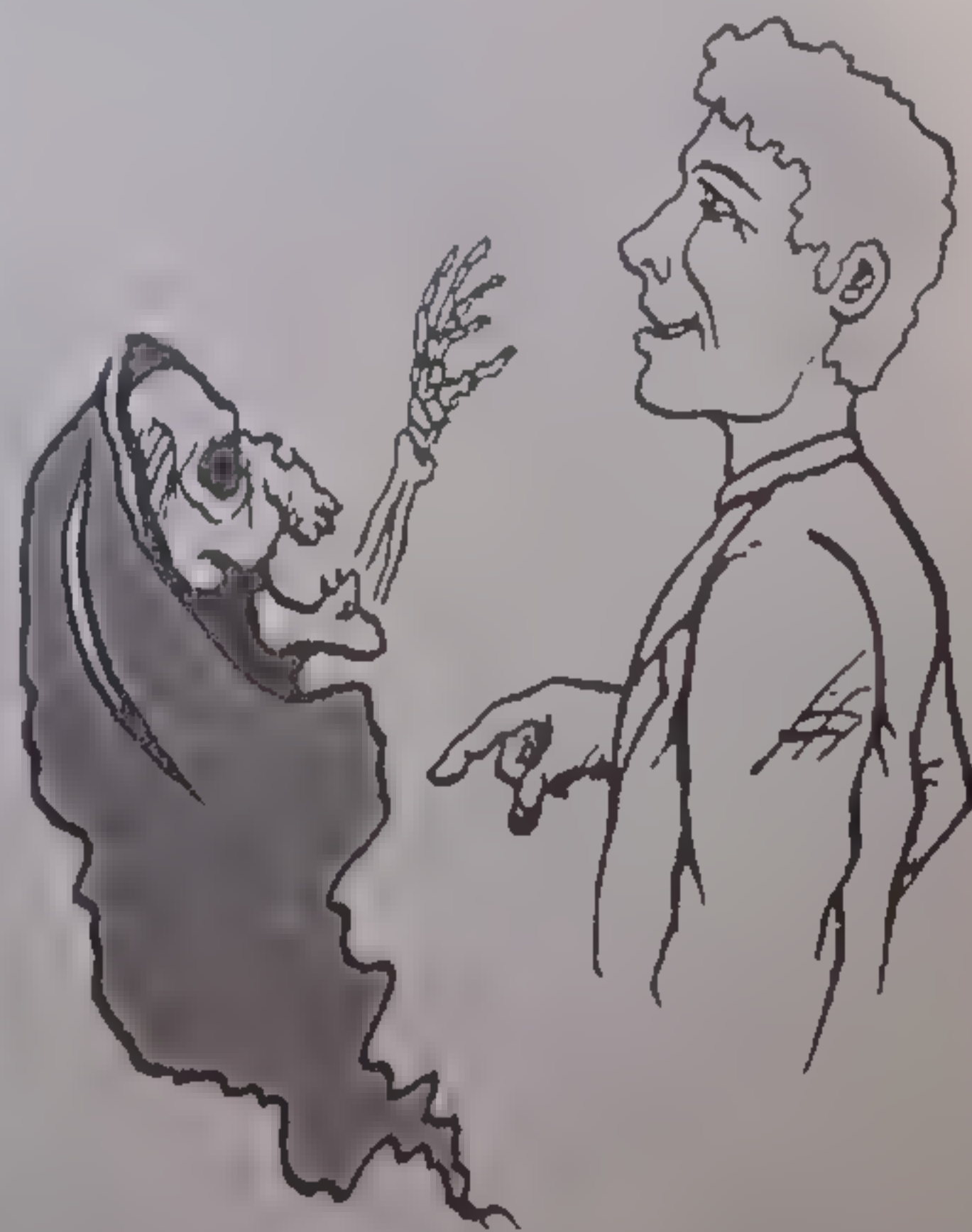
Спешите к врачу-наркологу. Случилось страшное - ваш ребенок стал наркоманом.

Путь к закону

Ст. 229 УК Украины «За незаконное изготовление, приобретение, хранение, перевозку, пересылку либо сбыт наркотических средств или психотропных веществ». Различными частями статьи предусматривается лишение свободы сроком до 15 лет с конфискацией личного имущества.

Что касается грибов, то сотрудники милиции имеют право задерживать, даже если найдут в кармане хотя бы одну (!) поганку. Вполне возможно, что с одного гриба и начнется дорога в зону.

Т. КАЛИСТРАТОВА



Необходимость избавляет нас от трудностей выбора.

НЕ ПРОСТО ЛОПУХ

Вы когда-нибудь лечились лопухом? Скорее всего нет. Вот женьшень, спинули-на или корень гинкго-билобы - это да, это оздоравливает. А лопух? Его мы видим везде, а вот используем ли этот заполонивший наши сады и огороды лопух максимально, с пользой для себя?

О листьях растения те, кто жил в деревнях, знают немало: **заломят суставы или заболит голова** - тут и приходит лопух на помощь. Берут лист, смазывают его сероватую «войлочную» нижнюю часть тонким слоем растительного масла, прикладывают к больному суставу и спят спокойно с таким компрессом всю ночь. Можно приложить лист лопуха нижней стороной к **голове при мигрени** - помогает.

Но даже сельским жителям мало известно о корнях лопуха, которые являются прекрасным мочегонным, потогонным, антибактериальным, иммуностимулирующим средством. В них и эфирное, и жирное масло, а также ситостерин, стигмастерин, инулин, дубильные и горькие вещества, минеральные соли, витамины (в частности аскорбиновая кислота), а еще полисахариды, которые способствуют увеличению содержания гликогена в печени и улучшению инсулинообразующей функции поджелудочной железы.

Задумайтесь! Сколько всего полезного - и под ногами. Всего-то - наклониться и выкопать. Корни лопуха особенно активно применяются в болгарской медицине: спиртовую вытяжку используют при лечении широкого спектра заболеваний - от поражений желудочно-кишечного тракта (гастритов, язв желудка и двенадцатиперстной кишки) до болезней кожи. Дело в том, что экстракт лопуха стимулирует рост новых клеток соединительной ткани и в связи с этим ускоряется процесс заживления при язвенной болезни.

В народной медицине настой из корней обычного лопуха **применяют при ревматизме, подагре, геморрое, а также себорее, угрях, экземе, зуде, фурункулезе.**

(Окончание на 13-й стр.)

«Мой старик - ветеран Великой Отечественной войны, и почти каждый год ему давали льготную путевку в санаторий, и я его сопровождала. Мы - одинокие с ним и не разлучались всю жизнь. И этой осенью дали направление. Как обычно, он стал сдавать анализы. И так неожиданно, как гром среди ясного неба - затемнение в левом легком. ... И направление в онкологию. Врачи, обследования, анализы, а я, как во сне, как пришибленная... В результате - больница. Операцию делать просто не взялись, и так он в преклонном возрасте, да еще инвалид. Доходяга, сам и «дойдет». Кормите повкуснее, чтобы помер с удовольствием - весь совет. Хорошо, что я вспомнила свое детство, как у нас лечили чахоточников. Забрала его из больницы и, засучив рукава, взялась за лечение. Диета и медуница - вот что вернуло моего старика к жизни! Вот так и живем с ним вместе уже третий год».

Из письма в редакцию.

МЕДУНИЦА —

Что же ты поведаешь нам о себе - медуница мягчайшая, легочница?

Медуница мягчайшая - какое красивое название! Успокаивающее и вселяющее надежду. Растение это из семейства бурачниковых. Встречается на территории европейской части нашей страны. Растет в зарослях, среди кустарников, в листовенных тенистых лесах. Медунка, легочница называют ее в народе. Медуница - многолетнее растение с восходящим корневищем и тонкими придаточными корнями, фиолетовыми цветками. По отцветании цветы меняют окраску на розовую. С лечебной целью используют всю надземную часть растения, собираемую до распускания цветков и во время цветения. Запах у травы слабый, медовый, очень приятный. Вкус сладковатый, слизистый.

В траве медуницы содержатся дубильные вещества, сапонины, полисахариды, комплекс микроэлементов: марганец, железо, медь, ванадий, серебро, никель, стронций, йод и др. **Медуница содержит силь-**

ный активный кроветворный комплекс микроэлементов, поэтому ее, применяют при различных заболеваниях (как и сабельник). В траве содержатся вещества, предупреждающие возникновение тромбов (сильнее гепарина в несколько раз!). **Препараты медуницы оказали особенно положительное действие на состав крови при опухолевых заболеваниях.** Медуница регулирует щелочно-кислотное равновесие в организме.

В народной медицине она используется как средство, регулирующее деятельность желез внутренней секреции, очищающее кровь, обезболивающее и смягчающее, и, конечно, при всех видах заболеваний легких (легочная трава): раке, туберкулезе, воспалении легких, застарелых бронхитах, кровохарканье, скоплении жидкости, катаре. Отвар пьют при нервных болезнях, болезнях сердца, головной боли, заболеваниях желудочно-кишечного тракта. Отличное ранозаживляющее средство. А так как растение содержит много кремния, стимулируется иммунитет и повышаются защитные силы организма. Медуница восста-

ЧУДО-ТРАВКИ

навивает дефицит кальция и йода в организме и эффективна при зобе. Помогает она при заболеваниях мочевого пузыря и геморрое. Применяют ее и при желтухе, заболеваниях печени, острых нефритах, поносах с резями в кишечнике, при различного рода кровотечениях, авитаминозе, камнях в мочевом пузыре, золотухе. Отваром полощут больное горло, когда хрипнет голос, промывают гноящиеся раны и нарывы. Женщины используют отвар для спринцевания при болях. Все три вида медуницы: лекарственная, мягчайшая и темная - лечебные. В питании используют молодые прикорневые листья. Из них готовят витаминные салаты, супы, пюре, гарниры к мясным, рыбным блюдам.

кана. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день перед едой. При болезнях легких, мочевого пузыря и при геморрое.

Если необходимо срочное и эффективное лечение легких, в том числе и тяжелых форм заболевания, отвар медуницы пьют по 4-5 ст. ложек в день. А также пьют аконит (борец джунгарский - он лечит органы выше пояса, в т.ч. раковые опухоли легких), дурнишник (его пьют, а также набивают трубку и курят - дышат дымом, лечат щитовидку и опухоли горла, языка, пищевода, в т.ч. раковые), пьют настойку армалоказии, исландский мох (диабет, астма, туберкулез, рак легких).

Для всех трав существуют свои заговоры. При лечении медуницей

Легочница

НАИБОЛЕЕ ЭФФЕКТИВНЫ ПРИ БОЛЕЗНЯХ ЛЕГКИХ СЛЕДУЮЩИЕ РЕЦЕПТЫ:

2 ст. ложки измельченной травы медуницы на 1 л пива, добавить 1 ст. ложку хорошего меда и все это отварить до половины объема. Пить по 1-2 ч. ложки 3 раза в день перед едой, запивая водой.

ВОДОЧНАЯ НАСТОЙКА. Третью часть посуды или бутылки наполнить сухими листьями (или свежими - наполовину) медуницы и залить доверху водкой, настоять 2 недели, пить по 1 ч. ложке с водой 3 раза в день до еды.

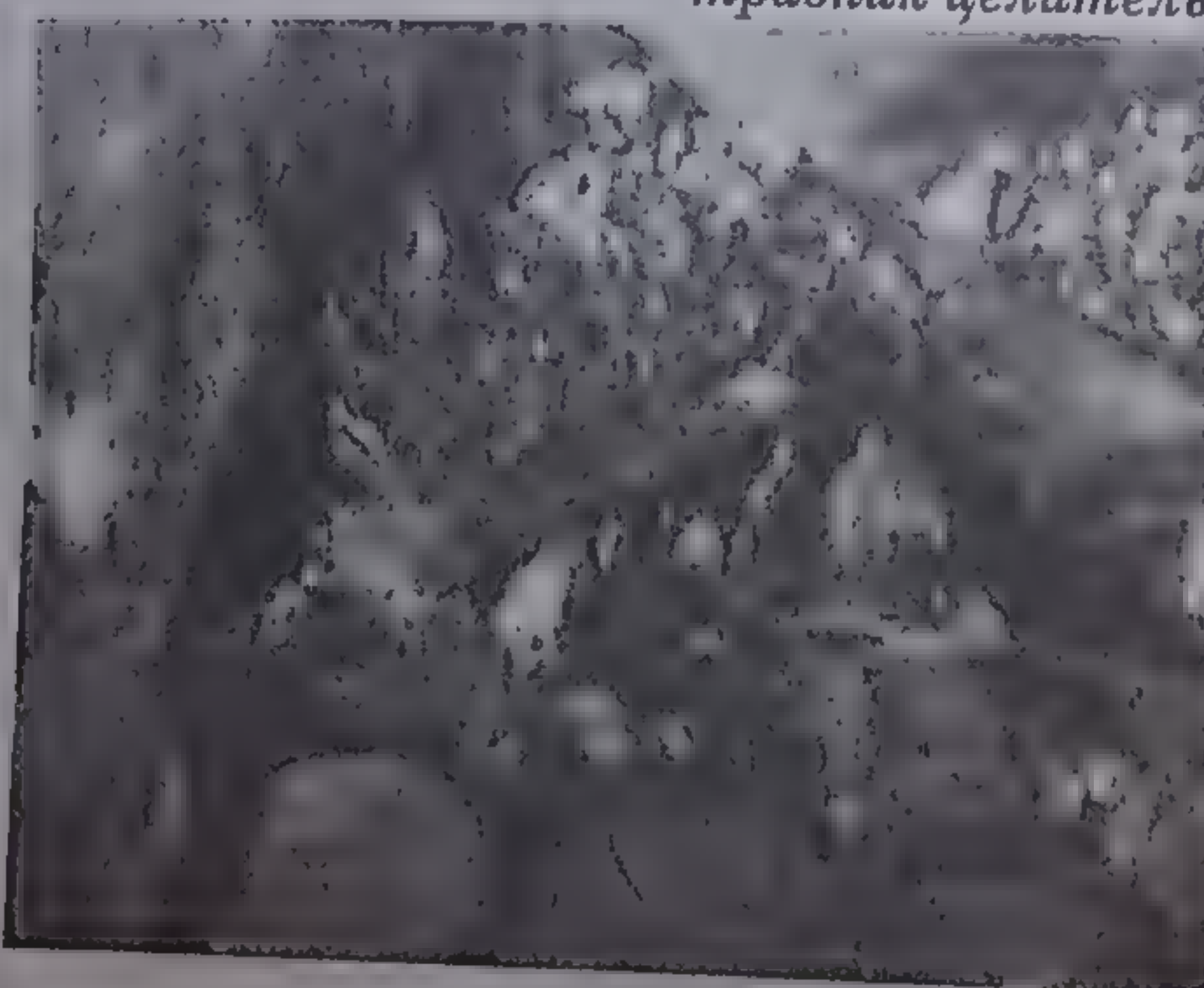
ВОДНЫЙ ОТВАР. 1 ст. ложку сухой травы залить 1 стаканом кипятка, настоять, укутав, 20 минут и пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

Смешать в равных частях медуницу, подорожник, шалфей, золототысячник и полынь, взять 1 ст. ложку смеси на стакан кипятка и добавить 1 ст. ложку меда, варить 3-4 минуты. Долить кипяченой водой до полного объема ста-

необходимо сорвать стебли накануне Петрова дня (12 июля). Заговаривают как свежую траву, так и сухую (когда понадобится). Заговаривают перед закатом: заваривают кипятком и греют на маленьком огне, читая на отвар: «Рада бы расти, да сорвали в пути. Рад бы раб Божий (имя) не болеть, да должен Господь повелеть. Господи, повели не болеть рабу (имя) ни сегодня, ни завтра, ни послезавтра, ни через неделю, ни через год. Пусть у раба (имя) болезнь с легкого сойдет. Аминь».

Чистого вам дыхания
с медуницей!

Ольга Викторовна КЛИМОВА,
травник-целитель



НЕ ПРОСТО ЛОПУХ

Н.

КАК ПРИГОТОВИТЬ ОТВАР КОРНЯ ЛОПУХА

1 ст. ложку мелко нарезанного корня лопуха залить 200 мл (1 стакан) горячей кипяченой воды, закрыть крышкой и нагревать на водяной бане 30 мин.

Охладите, процедите (посуда должна быть эмалированной). В полученный отвар добавьте кипяченой воды (до объема 200 мл). Принимайте внутрь по полстакана в теплом виде два раза в день. Храните отвар не более двух суток в прохладном месте. Используйте его для полоскания при воспалительных процессах в полости рта, пейте при подагре и обменных артритах, а также как мочегонное, желчегонное и потогонное средство.

Ну как, убедительно? Главное - корень лопуха генетически нам больше подходит, чем самая лучшая заморская трава, которую, кстати, не каждый славянский организм примет.

Но лопухом можно не только лечиться - блюда, приготовленные из него, разнообразят ваше меню. Однажды французский повар приготовил черенки лопуха и подал их к столу вместо спаржи. Даже гурманы не заметили подмены.

САЛАТ ИЗ КОРНЕЙ ЛОПУХА

Корни лопуха, морковь, зеленый лук, капуста, лимонный сок - 1 ст. л. яйцо, сваренное вкрутую.

Корни лопуха почистить, натереть на терке. Смешать с натертой морковью, нарезанным луком, яйцом и капустой. Заправить лимонным соком, растительным маслом или майонезом.

САЛАТ ИЗ ЛИСТЬЕВ ЛОПУХА

Листья лопуха, тертый хрен, зеленый лук, сметана, соль.

Перебранные и промытые листья лопуха закладывают на 1-2 мин в кипящую воду, откидывают на дуршлаг, дают стечь воде, мелко шинкуют. Перемешивают с мелко нарезанным зеленым луком, тертым хреном, сметаной, солят.

Лучше думать перед тем, как действовать, чем после.

НАРОДНЫЕ РЕЦЕПТЫ

СОЛЬ ИЗГОНЯЕТ БОЛЕЗНЬ

О лечебных свойствах соли знали еще в древности. Ни для кого не секрет, что обычные солевые ванны, прописанные врачом, делают чудеса. Люди, которые систематически проходят курс лечения, изменяя или повторяя состав ванн, чувствуют себя намного лучше. Ванны возвращают бодрость, улучшается общее состояние. Но лечат соли не только таким образом. Предлагаем некоторые рецепты применения соли:

О Если вы ушиблись, не успокаивайте себя, что пройдет, а немедленно сделайте солевую повязку на больное место. Даже при сильных гематомах врачи иногда прописывают именно солевые повязки. Солевой раствор действует как поглощающий омертвевшие ткани, которые образуются после травмы, различные опухоли, сгустки, при этом щадятся клетки основной ткани. Больные чувствуют облегчение в месте, пострадавшем от ударов или каких-то повреждений.

О Чтобы приготовить солевую повязку, нужно приготовить десятипроцентный раствор поваренной соли, обильно пропитать ею мягкое полотно или салфетку и приложить к пораженному месту. Вступая в соединение с тканью тела, соль всасывается тканями через кожу. Объем поглощения при этом испаряемой жидкости солью прямо пропорционален объему соли, вытесненной самой повязкой. Исходя из этого нетрудно понять, насколько зависит успех лечения от умения наложить эту повязку - она должна быть воздухопроницаемой, гигроскопичной. Во время действия солевого компресса происходит обновление жидкости в тканях больного органа, место поражения также отлично дезинфицируется. Происходит очищение от патогенного фактора.

Гнойная инфекция всегда была и пока остается одной из актуальнейших в длинном ряду медицинских проблем, окончательное решение которых современной наукой до сих пор не найдено. Ну не то чтобы совсем никакого решения не нашлось. Справедливости ради отметим, что нынче всевозможных гнойников стало намного меньше, но это касается, в основном, развитых стран. А чисто теоретически гнойники могут возникнуть с одинаковым успехом и у принцев и у нищих, хотя у последних, несомненно, шансов обнаружить у себя фурункул или карбункул всегда больше.

Гнойная

«СУЧЬЕ ВЫМЯ»

Считается, что причинами возникновения и развития подобных гнойников являются микротравмы кожи и несоблюдение правил личной гигиены, а также снижение иммунных свойств организма, например, вследствие авитаминоза. Понятное дело, в Америке число душ на душу населения куда выше, чем кусков мыла, приходящееся на каждого африканца. Хотя с точки зрения количества бананов, Америке до Африки...



ли в «треугольнике смерти». «ТРЕУГОЛЬНИК СМЕРТИ» ничего общего с Бермудским треугольником не имеет. Просто в человеческом организме есть много разных опасных мест. Одно из них расположено на лице. Основание этого треугольника образует верхняя губа, а стороны - носогубные складки. Здесь хорошо развиты венозная и лимфатические сети, создающие дополнительные комфортные условия для

развития воспаления. Наличие же венозных анастомозов с синусами твердой мозговой оболочки создает вовсе не надуманную опасность возникновения тяжелейшего осложнения обыкновенного маленького фурункула на верхней губе - гнойного базального менингита.

Поверьте, что даже в наш век крутых антибиотиков это совсем не шуточное осложнение запросто приведет к вратам того света. Как поступала в старину барышня, если, собираясь на свидание с кавалером, она вдруг обнаруживала у себя на лице малюсенький прыщик? В большинстве случаев - точно так же, как и современная - придавила тут, нажала там, и нет проблем. Немного косметики сверху, и все. Хотя современная барышня, пожалуй, еще обработает место болячки чем-то спиртосодержащим, например духами. Вот теперь все. Милый! Где ты?! Я уже готова!

Вот именно, готова. Значит же, что давить ничего нельзя, а тем более на лице, но все равно давят. Не изменилось почти ничего.

Между прочим, вам известно, почему у Венеры Милосской нет рук?

Ей их поотбивали, чтобы прыщики у себя на лице не выдавливала. Жаль, что нашим барышням урок не пошел в прок! А еще в старину были распространены так называемые «ключики» с отвер-

Легче всего лечить фурункулы на ладонях и подошвах, потому что они там вообще никогда не образуются - нет волос.

Хуже всего дело обстоит с теми фурункулами, которые появляются там, где имеется рыхлая подкожная клетчатка, например в области мошонки. Еще хуже, когда фурункулы объявляются на лице. А уж совсем беда, еже-

КОНСУЛЬТАЦИИ СПЕЦИАЛИСТА

ствиями. Диаметр отверстия подбирался по размеру фурункула. Приставляешь к нему такой ключик, круть! и все дела. Очень напоминает русскую рулетку. Если повезет, то выздоровеешь, а не повезет - прощенья просим, но отпоем «За упокой» как полагается. Со всем нашим почтением.

Есть у фурункулов и другие осложнения. Лимфангит, регионарный лимфаденит, прогрессирующий острый тромбофлебит, сепсис...

Маленькая нестыковочка получается: Ведь суки - это волки или собаки женского пола, а вымя бывает только у коз, коров и им подобных. Ну да не в том суть.

Обычное месторасположение гидраденита - в подмышечной впадине.

Значительно реже он встречается в области гениталий, в перианальной области, а у женщин - возле сосков. Считается, будто диагностировать гидраденит нетрудно. От фурункула внешне он отли-

Зачем идти к врачу по поводу гноя. Что ж. Коли вылечиться самостоятельно вам удалось - прекрасно, но не выдавливайте, ради бога.

Смажьте начинающийся фурункул несколько раз зеленкой, или 70° градусным спиртом, метилвиолетом, наконец.

Всегда полезно иметь в аптечке что-то посовременнее, скажем хлоргексидин или димексид. Очень часто с их помощью удается остановить развитие гноя. При этом опытные врачи рекомендуют повязку не прибинтовывать, а наклеивать. Это позволяет избежать дополнительных механических повреждений в области воспаленной кожи, например от трения повязки, и, следовательно, предотвратить различные осложнения.

К великому сожалению, вылечиться самостоятельно удается не всем. Тогда приходится подключаться врачам. Если гнойник сформировался, его нужно вскрыть, удалить гной и некроз. Дальнейшее лечение происходит по стандартам лечения гнойных ран. После вскрытия гнойника, удаления гноя и отмерших тканей подавляется инфекция. Для этого применяется как местное лечение - перевязки с антисептиками, физиотерапия, так и общее, в том числе назначаются медикаменты - антибиотики, сульфаниламиды и прочее. Самостоятельно принимать антибиотики не рекомендуется. Во-первых, вы не знаете, чувствительны ли к ним те микробы, что привели к болезни. А во-вторых, бесконтрольный прием антибиотиков может привести к дополнительным ненужным осложнениям, о которых говорилось уже не раз.

Любимое лекарство нашего населения при гнойниках - это мазь Вишневского. Еще очень уважают ихтиолку. Ими мажут при первом же удобном случае, то есть как только появляются первые признаки гнойника. Мало кто при этом обращал внимание на то, что под повязкой с такой мазью гнойник чаще всего все равно продолжает развиваться, пока самостоятельно не вскрыется. **Заметьте! Воспаление не прекращается, а продолжается!** Вот уже после того, как гнойник вскрылся и очистился, мазь действительно начинает оказывать свое целебное воздействие. Но не ранее.

Во всех случаях осложнений гнойников больные подлежат госпитализации в стационар. Тут и обсуждать нечего.

Можно вылечить фурункул в поликлинике, но сепсис или менингит - совсем не амбулаторные болячки. И до них лучше не доводить.

Профессор Алек МИТЧЕЛЛ

инфекция

Когда в разных местах тела появляются несколько фурункулов, это называется «фурункулез». Естественно, что при таком течении и вероятность осложнения выше, и лечить сложнее.

Теперь настала очередь карбункула

У людей, не имеющих никакого отношения к медицине, но обладающих некоторыми претензиями на интеллект и начитанность, сразу в голове возникает ассоциация с драгоценными камнями, сэром Артуром Конан Дойлем, мистером Шерлоком Холмсом и рождественскими гусями. Так вот. Наш карбункул с ними ничего общего не имеет. Это один из вариантов развития фурункула, когда воспаляется одновременно сразу несколько близлежащих волосяных мешочков и сальных желез с образованием общего обширного некроза кожи и подкожной клетчатки.

«Веселая» штука

Шрам на коже после нее остается, как после взрыва небольшой гранаты. А в процессе лечения дырка в коже где-нибудь на шее величиной с кулак и наполненная гноем одним своим внешним видом испугает кого угодно. Опасности и осложнения карбункулов все те же наши старые знакомые лимфангит, сепсис, менингит и иже с ними, однако вероятность их возникновения выше, чем даже при фурункулезе. Плюс гораздо худшее самочувствие. Плюс гораздо худшее течение. Плюс гораздо дольше длится период выздоровления.

Что там еще осталось?

Ага. Гидраденит

Гидраденитом называется гнойное воспаление потовых желез. Большая просьба не путать с гидрантом, это из другой оперы. Есть у гидраденита и народное название - «сучье вымя». Источники такого названия трудно определить.

чается прежде всего отсутствием классического некротического стержня. Есть и другие отличия, не столь существенные. Однако очень часто классика бывает так далека от каждого конкретного случая, что отличия становятся просто неразличимы.

Возьмем, к примеру, фелиноз - «болезнь кошачьих царапин»

Писали о нем в № 17 - спецвыпуске. При нем ведь тоже в подмышечных впадинах появляются гнойники. А теперь прижмем к стенке любого хирурга и зададим ему вопрос прямо в лоб: «Скажите, уважаемый. А сколько раз вы под видом гидраденита вскрывали совсем не гнойное воспаление потовых желез?» Правду не скажет никто. Да он и не знает правды. Благо дело, что вопрос чисто риторический. С точки зрения лечения, в любом случае хирургом все сделано правильно и пошло на пользу больному. Что же касается абсолютной истины - то имеет ли она такое уж большое значение? Главное ведь что? Главное ведь в результате. А каков нам нужен результат? Здоровье, конечно!

Все. Насобирали мы гнойников, давайте их теперь лечить

Напомним для забывчивых, что предотвратить любую болезнь всегда легче, чем ее лечить. Гнойники типа фурункула или гидраденита предотвращаются обыкновенным мылом - куда уж легче. Кстати, мыльная пена - отличный антисептик. При порезах, царапинах, небольших гнойных ранах она лечит не хуже дорогих препаратов.

По канонам современной медицины, неосложненные фурункулы лечат дерматологи. Но поскольку народ у нас привык, что это дело хирурга, то к нему больные в основном и идут. Если вообще идут, а не предпочитают лечиться самостоятельно.

От слов и ум к высотам устремляется и возвышает человека.

Самоисцеление и долголетие № 19

Монахи язвой не страдали

У меня язва желудка.

В принципе, мне известны многие способы лечения этого заболевания. Но почти все они мне не подходят, потому что я работаю по «вахтовому методу». Питаться приходится нерегулярно и часто не тем, что мне полагается.

Знаю, что язвой желудка и двенадцатиперстной кишки страдают также многие водители. Нет ли каких-нибудь способов прекращать боли в желудке в «походных» условиях?

**В. Зимин,
г. Мариуполь**

При язве желудка и двенадцатиперстной кишки применяется следующее лечение

Пить натощак утром и перед обедом по 100 мл напара чистотела. Мелко нарезанную (вместе с корнем) траву кладут в посуду до половины объема и заливают кипятком. На ночь не принимать. Если трава сухая, сосуд наполнять до одной трети. Курс: 2-3 недели.

ПРИ ЯЗВЕННЫХ КОЛИТАХ. Находясь на диете, на протяжении 3-4 месяцев между приемами пищи съедать понемногу грецких орехов (70 г в день). Вместо воды желательнее употреблять отвар корня окопника, калгана и льняного семени. Улучшение наступает через месяц, а спустя четыре месяца - стойкое выздоровление.

ПРИ БОЛЕЗНЯХ ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНОГО ТРАКТА - можно воспользоваться напарами следующих

трав: мыльнянка, чабрец, мать-и-мачеха, пижма, бессмертник, ромашка, ягоды брусники, полынь, ягоды черники, корень валерианы.

ПРИ БОЛЯХ В ЖЕЛУДКЕ. Напар зверобоя, таволги, крапивы либо отвар из перегородок грецкого ореха.

ПРИ ПОВЫШЕННОЙ КИСЛОТНОСТИ. Напар следующего сбора: мята перечная, тысячелистник, зверобой - 2 части, семя укропа, бобовник - 1/4 части.

ПРИ ПОНИЖЕННОЙ КИСЛОТНОСТИ. Напар такого сбора: мята перечная, ромашка, семя укропа, тмина, валерианы (1/2 часть), хмель (1/4 часть).

Пить натощак 2-3 месяца.

ПРИ ХРОНИЧЕСКИХ ЖЕЛУДОЧНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ - ГАСТРИТАХ, ЯЗВАХ, А ТАКЖЕ ВОСПАЛЕНИИ ТОЛСТОЙ КИШКИ. Каждый день на протяжении месяца съедать до 8 граммов прополиса, при этом его надо долго жевать, лучше всего это делать на голодный желудок. В случае аллергии лечение не прекращать.

От редакции: Вопрос, который Вы задали, весьма сложен. Но оставить без

внимания Ваше письмо мы не можем и рекомендуем Вам некоторые способы, изобретенные тибетскими монахами. Вполне возможно, что при правильном выполнении наших указаний Вы сможете избавиться если не от болезни в целом, то от наиболее острых ее проявлений.

Валерий ВЕСЕЛОВ

ПРИ БОЛЯХ В ЖЕЛУДКЕ. Выполнять следующее упражнение: лежа, расслабиться. Сделать спокойный, по возможности глубокий вдох (до границы боли в желудке) с задержкой, а через 10-15 секунд - медленный выдох. Во время вдоха мысленно представлять в районе легких некое растущее облачко или что-то иное. Быть может, это трудно осуществить тем, у кого не развито образное мышление, но без представления сгустка биоэнергии самолечение не получится. Во время задержки после вдоха образ закрепляется. Затем в течение всего выдоха надо «переместить» это «облачко» в желудок, в котором возник энергетический дисбаланс. Если на мгновение потерять «об-

лачко» из виду, то оно тотчас окажется захваченным солнечным сплетением или войдет в общую нервную систему без учета повышенной потребности в биоэнергии в той или иной локальности.

Сознательное распределение биоэнергии, вырабатываемое каждым вдохом, надо повторять в случаях болей в желудке через каждые два часа по 10 минут. На втором-третьем сеансе чувствуется улучшение. Перед засыпанием необходимо сохранить эту мысль о начатом самовнушении и как бы приказывать подсознанию исполнять все, что вы до сих пор делали самостоятельно. Дело в том, что если мозг сосредоточивается на подобной мысли, то, уходя в сон, удерживает эту одну, нужную вам мысль, и все подсознание вынуждено работать над претворением этой мысли. Все операции образования сгустка биоэнергии и транспортировка его в нужное место будут проходить под контролем подсознания, которое в работе нервной системы играет неизмеримо большую роль, чем сознание.

Концентрация внимания на смысле проделанной процедуры, мобилизация фантазии для получения умозрительного образа и регулярность упражнений - вот основные факторы, нужные для успешного самолечения.

Я КОЛИТА НЕ БОЮСЬ...

Есть прекрасный народный рецепт настойки из трав для лечения колита. В стакан кипятка всыпают по одной чайной ложке шалфея, ромашки, золототысячника. Пить по одной столовой ложке через каждые два часа. Через 2-3 месяца дозу можно сократить. Этот напиток очень полезен, пользоваться им можно без малейшего вреда для организма. Одно обязательное условие: напиток плюс диета, употребление большого количества овощей, отказ от соленого, жареного, острого, копченого, жирного, сладкого.



КЛУБ ФЕНОМЕНОВ

Нам
пишут...

Появились клиенты, получаю доход

Много читала я о Владимире Соломине, много слышала о нем. Решила обратиться к нему. Но поскольку я живу в другом городе, то я купила его фото на удачу.

В жизни я очень невезучая. На работе я никогда не выделялась руководством. Сейчас задумала завести свое дело (я по специальности адвокат). Дело-то завела, фирму открыла, а помощи от нее ноль. Стала думать, что же делать дальше, услышала о Соломине. Затем прочитала в газете о его фото. Купила фото на удачу, и она пришла ко мне. Через некоторое время мои дела пошли вверх, появились клиенты, фирма заработала.

Я очень благодарна Владимиру Анатольевичу, стало радостнее жить, появились новые идеи.

Спасибо ему и редакции.

Светлана Карпенко,
г. Симферополь

Обрела удачу

Читаю в газете «СД» статьи о Владимире Соломине и радуюсь тому, что о нем читают многие люди. Ведь это действительно уникальный человек. Я говорю так уверенно, потому что сама пользовалась его помощью. Пришла «демократия», и мы все стали нищими. Лично я осталась без работы, без средств к существованию. Долго мыкалась, пока устроилась на работу, а зарплата – слезы одни: 100-120 гривен. Даже для одного человека это на

неделю. В общем, крутилась я, вертелась, пошла к Соломину. Он, спасибо ему, рассказал, в чем дело, научил, что надо делать, и когда я спросила, смогу ли я выиграть, если буду играть в лото, он тоже подсказал, что делать и в какое лото играть. Я выиграла крупную сумму денег. Я так благодарна Владимиру Анатольевичу Соломину, с чьей помощью мои дела поправились! Я имею в виду финансовые дела, а значит - и все другие.

Дай Бог здоровья В. Соломину, пусть он и дальше помогает таким же несчастным, как я. Спасибо ему и редакции.

Елена Ковальчук,
г. Полтава

№	Да	Нет	Иное
7655 Ольга	X		
1928 Серафима	X		если будете сильно хотеть
7777 Анна	X		только встреча
7248 Ольга		X	
7407 Василий	X		если есть дети
7247 Владимир	X		надо приехать
7248 Владимир		X	
7249 Владимир		X	
8731 Марина	X		сентябрь март
5678 Ольга		X	
2535 Юрий	X		
1954 Елена		X	
2719 Александр		X	прекратите ссоры, с сыном все хорошо
4449 Светлана	X		
4525 Александра	X		занятия плаванием, растяжкой
5403 Валентина	X		но не скоро восстановите
1516 Анна		X	
1111 Валентина		X	Ростовская обл., без операции
1952 Светлана		X	деньги в доме
4428 Анна	X		но гражданский брак
2678 Елена	X		
2418 Светлана	X		
1292 Светлана	X		
1296 Светлана			уважает от души
1967 Анатолий		X	только его сознание
1959 Сергей			вопрос поставлен неверно
3838 Любовь	X		гражданский брак
2946 Елена		X	трудиться
3062 Константин	X		совет врача необходим

От редакции:

Задавайте вопросы В. А. Соломину.

Учитывая то, что журнальная площадь невелика, а вопросы, интересующие читателей, самые разнообразные, предлагаем заполнить нижеприведенный талон и отправить его в адрес редакции. Вопросы формулировать таким образом, чтобы на них можно было ответить только «да» или «нет». Ответы будут публиковаться через газету и только подписчикам «СД» на 6 месяцев на 2002 год. (В конверт вложить две марки.)

Если вы хотите узнать что-то более подробно, то эти услуги платные. Вы либо приезжаете к В. А. Соломину в г. Донецк по адресу: ул. Куйбышева, 96, либо делаете денежный перевод на сумму 50 гривен или 250 рублей. Бесплатные и платные письма и переводы направлять по адресам (вместе с копией подписного талона) в Украине: 83087, г. Донецк, а/я 2314, Колесник Ксения Станиславовна. В России: 111141, г. Москва, а/я 473, Краснобельмова Нина Борисовна. На письмах указывать код «Ф». Заключаются также договора с предпринимателями, фирмами на финансовое обслуживание. В. А. Соломин поможет провести успешно любую сделку либо предупредить неудачу.

Тел.: (0622) 53-90-14.

ВОПРОС В. СОЛОМИНУ (не более 20 слов) №7	
ВАШ №	
(4 произвольные цифры)	
ИМЯ	
ДЕНЬ, МЕСЯЦ, ГОД РОЖДЕНИЯ	
ОТВЕТ ДА	НЕТ

Отважная душа не станет вероломной.

РАЗНЫЕ СОВЕТЫ

Если ребенок плохо спит, то в полотняную тряпочку зашить, как в конверт, корешок валерианы лекарственной и положить затем его под подушку. Не следует, по народному поверью, кормить ребенка до достижения им года рыбой. В противном случае он долго не будет говорить либо у него может быть плохая речь.

Когда у ребенка 6—8 лет идет формирование зубов, очень полезно приготовить ему лепешку из смолы хвойных деревьев (варить смолу на слабом огне около 10 минут). Знахари утверждают, что тогда зубы станут крепкими, белоснежными, красивыми и никогда не будут болеть.

Если в ухо ребенку заползло насекомое и причиняет ему боль, то извлечь его можно следующим образом: наполнить ухо оливковым либо подсолнечным маслом, и очень скоро насекомое покажется на его поверхности. Ребенок в это время должен лежать больным ухом вверх, а после удаления насекомого перевернуться на другую сторону.

От укуса пчелы к месту укуса можно прикладывать землю. Боль скоро успокоится.

При икоте выпить мелкими глотками 30—50 мл холодной воды.

Если с детства приучить себя к употреблению свежих фруктов, овощей, предпочитая их другим продуктам питания, то такой человек не заболеет онкологическими недугами.

Сок свежей капусты очень эффективен при хронических запорах и язвах желудка и 12-перстной кишки.

Сок сырого картофеля прекрасно очищает организм, он полезен для удаления пятен на коже. Сок репы — замечательная пища для ребенка, страдающего размягчением костных тканей, в том числе и зубов.

Смешать мумие с медом в соотношении 1:5 и смазывать язык в течение 3—4 месяцев несколько раз в сутки. Поможет при логоневрозах (заикании). Эффект значительно возрастет, если перед началом лечения с ребенка «снять» страх (подавляющему большинству заиканий предшествовал испуг или сильный стресс).

(Окончание на 19-й стр.)

О чем с наслаждением мечтает будущая мама? Наверное, о той заветной минуте, когда она с любовью и нежностью разложит на полочках детского шкафчика очаровательные вещички: кружевные чепчики, крохотные распашонки, ползунки... А пока она отправляется в магазин с единственным желанием: скорее приобрести всю эту прелесть. И тут ее подстерегает множество соблазнов. Как избежать их?

Вспомните, что однажды воскликнул Сократ, посетив городской базар: «Я счастлив оттого, что в мире есть столько вещей, которые мне не нужны!» Поверьте, вашему крохе на первых порах нужно еще меньше вещей, чем мудрому философу.

1000 МЕЛОЧЕЙ БЕЗ ЧЕГО НЕЛЬЗЯ ОБОЙТИСЬ

Подгузники

Новорожденные имеют замечательную привычку мочить пеленки каждые 15 минут — подгузники незаменимы. Если вы предпочитаете многоразовые марлевые, придется купить как минимум 20 кусков марли размером 80х80 см, чтобы вовремя их менять. Даже если вы убежденная противница одноразовых подгузников, приобретите хотя бы упаковку этих палочек-выручалочек.

Пеленки

Врачи-педиатры советуют не пеленать детишек с самого рождения. Свободнодвигающийся малыш быстрее развивается и физически, и эмоционально. Но два десятка пеленок — 10 тонких и 10 теплых, размером 90х120 см, — все равно пригодятся. Ими застилают кроватку, коляску, «пеленальный» столик. Тонкими пеленками можно вытирать малыша после купания, теплыми — прикрывать вместо одеяльца в жаркую погоду, а байковая пеленка, сложенная вчетверо, — прекрасная подушечка для новорожденного.

Кофточки

Не покупайте много распашонок — малыш из них очень быстро вырастает. Вполне достаточно 2-3 тоненьких и 1-2 теплых. Более практичны и красивы современные трикотажные кофточки на кнопках или пуговичках (кнопочки лучше и безопаснее: пуговицы сложнее застегивать да и малыш может нечаянно оторвать их и незаметно отправить в рот). Таких кофточек желательно купить 3-4 штуки.

Ползунки

Если вы собираетесь пользоваться одноразовыми подгузниками, то вполне достаточно и двух пар ползунков: в одних ходим, а другие стираем.

Чепчики и шапочки

Вашему малышу нужны три хлопковых чепчика (два тонких, один плотный, теплый) и две шерстяные шапочки. Лучше купить трикотажные чепчики: они практичны и удобны.

Теплые

шерстяные носочки

Даже в жару у новорожденных мерзнут ножки, поэтому без пары носочков никак не обойтись.

Одеяла и пододеяльники

Запаситесь двумя легкими байковыми и двумя теплыми шерстяными одеялами. Один комплект — для прогулок, другой — для дома. К каждому одеялу купите два пододеяльника. От ватных одеял лучше отказаться: они слишком тяжелые, трудно стираются, в них легко размножаются пылевые клещи.

Ванночка

Можно, конечно, обойтись и без детской ванночки, но тогда вам придется каж-



КРОХА

два дня тщательно мыть «взрослую»

Коляска и кроватка

Если не можете купить сразу и то и другое, тогда сначала приобретите коляску со съемной корзиной. В первые три месяца она превратится для вашего малыша в уютную колыбельку, в которой он будет чувствовать себя более комфортно, чем в просторной кроватке. Обязательно купите к коляске полиэтиленовый чехол от дождя и специальную сетку от комаров и мух.

Косметика

Не тратьте деньги на красивые, но

кое-нибудь жаропонижающее и обезболивающее для младенцев, а также средство против колик и мазь от опрелостей.

Посуда

Две бутылочки 150 мл с двумя запасными сосками (одна - для воды или чая, другая - для сцеженного молока или молочной смеси) - вот что нужно вашему крохе в первые три месяца. Только следите, чтобы отверстия в сосках не были слишком большими и чтобы из них не вытекало больше одной капли жидкости в секунду. Для мытья бутылочек не забудьте купить малень-

ДЛЯ ОДНОГО МАЛЫША



бесполезные баночки и скляночки. Вашей крошке по-настоящему понадобится лишь хорошее детское мыло, качественная присыпка и детский крем. После использования памперсов придется смазывать нежную кожу специальным детским кремом с цинком или присыпать тальком (ни в коем случае не смазывать маслом или жирным кремом). Еще одна полезная вещь (если нет возможности сразу подмыть малыша) - влажные салфетки, пропитанные смягчающим лосьоном.

Аптечка

Заранее положите в аптечку упаковку хлопковой ваты, палочки с ватными наконечниками, маленькую клизму, газоотводную трубочку, вазелиновое масло, перекись водорода, зеленку, марганец, детский градусник, пару коробочек с чередой и ромашкой. И на всякий случай - ка-

кий ершик. Заведите для малыша отдельную чайную ложечку, чтобы давать ему водичку, сок, лекарства.

Питье

Возможно, малышу понадобится дополнительное питье. Поэтому купите несколько бутылочек детской питьевой воды, которая не требует кипячения и не содержит солей, затрудняющих работу почек. Кроме того, такой водой можно развести заменители молока (она не меняет минерального состава готовых смесей). Еще можно купить баночку растворимого детского чая, а также напиток из итальянского укропа, уменьшающий газообразование.

Вот, пожалуй, и все, что понадобится малышу в первые месяцы жизни.

Материалы рубрики
подготовлены Е. СИТАЕВОЙ.

РАЗНЫЕ СОВЕТЫ

Молоко не следует подогревать выше 47°C, в противном случае уничтожатся энзимы. По этой причине никогда не следует давать ребенку (да и взрослому!) пастеризованное молоко. Лучший вариант - козье и кобылье молоко, парное, которое идет по своей полезности после материнского.

Молоко не совмещается ни с какими продуктами! Оно пьется без ничего - пирожных, булочек, кофе и т. д. После употребления молочных продуктов последующее употребление пищи следует не ранее чем через 2 часа.

Если растворить в 100 мл кипяченой воды 1 чайную ложку меда и пить перед завтраком и ужином, то у вас появится **реальный шанс излечиться от энуреза**, даже наследственного.

При нервных тиках следует нагрузить группу мышц осмысленными движениями: плавание, бокс, теннис - при тиках в руках; бег, велосипед, прыжки - при тиках в ногах. Если ребенок «наматывает локоны» - пусть делает прически куклам, причесывает своих родителей, знакомых; подергивает головой, подмигивает - приведите его в школьный драматический кружок с тем, чтобы по замыслу режиссера он эти действия совершал по ходу постановки пьесы, в точно указанное время и т. д.

Рекомендуем съедать после обеда по одному ядру абрикоса при **эпилепсии** из расчета: одно ядро на 1 полный год жизни. Например, ребенку 10 лет. Следовательно, на курс лечения необходимо 10 ядер, которые нужно съесть в течение 10 дней.

При простуде хорошо пить заваренные, как чай, ветки (отплодоносившие) малины без ограничений. Можно добавлять на стакан отвара (заваривать крутым кипятком до 10 минут) столовую ложку натурального меда. Аналогично пить отвар липового цвета (щепотка на 1 стакан крутого кипятка).

Быть крылатым от рождения лучше всех на свете благ.

ЗДОРОВЬЕ ЧЕРЕЗ СПОРТ

ВЕРТИКАЛЬНЫЙ СТАДИОН

Существует одно важное правило здорового образа жизни: чем активнее человек, тем меньше он утомляется. Поэтому тем, кто постоянно ощущает вялость, усталость, слабость, не стоит больше отдыхать, а напротив — нужно стать более активным. Попросту говоря, заняться наконец-то поддержанием своей физической формы. Но какие упражнения для этого выбрать?

Почти все мы готовы заниматься физкультурой, но при необходимых условиях: занятия не будут отнимать слишком много времени, можно самостоятельно контролировать нагрузку, это не потребует особых материальных затрат и какого-либо специального спортивного инвентаря, и ни в коем случае — обучения. Ну и, конечно, чтобы организм как можно быстрее приспособился к новому виду активности. Вы скажете, что так не бывает — и ошибетесь! На самом деле есть такой вид спорта, который абсолютно соответствует всем этим требованиям, — это оздоровительный бег. Это самое популярное и, пожалуй, самое полезное физическое упражнение.

Занятия бегом повышают выносливость сердечно-сосудистой и дыхательной систем, развивают мышечную силу и гибкость, контролируют вес, а также улучшают пищеварение и сон.

Безусловно, приятно пробежаться по летнему парку среди зеленых деревьев. Но вот в непогоду количество бегающих заметно уменьшается. По лужам и под дождем шлепают лишь те, кто ставит перед собой не только оздоровительные, но и воспитательные задачи, например укрепление воли. А что же делать тем, кто хотел бы просто тренироваться, не совершая при этом подобных подвигов? Попробуйте просто модифицировать свои занятия, то есть перенести свои тренировки под крышу собственного дома. Как, спросите вы? Очень просто!

В любом многоквартирном доме существует своеобразный вертикаль-

ный стадион — это обычная межэтажная лестница. Ходьба по ней является отличным упражнением для укрепления сердечно-сосудистой системы. Как правило, мы стараемся пользоваться ею по возможности реже, предпочитая лифты. Но этот популярный «вертикальный транспорт», несмотря на свое удобство, не способствует сохранению нашего здоровья. Слишком часто с его помощью мы лишаем себя возможности дать необходимую нагрузку сердцу, сосудам, легким, мышцам.

Используя домашнюю лестницу как средство оздоровления, важно соблюдать определенные правила, чтобы не нанести своему здоровью вреда неумеренной нагрузкой.

Основной принцип вертикальных оздоровительных тренировок — невысокий темп при относительно большой длительности движения. Ориентироваться надо на пульс. В любом возрасте, тренируясь на лестнице, нет смысла превышать рубеж 180 ударов в минуту минус возраст. Задача заключается в том, чтобы при умеренной мощности равномерной нагрузки продлить ее как можно дольше. Важно также следить за реакцией восстановления пульса. Желательно, чтобы через 10 минут после начала упражнения он не превышал 120—130 процентов от исходного.

Чаще всего ступенек в пролете не более 10-12 при высоте каждой ступеньки 18-20 сантиметров. Обычно за минуту преодолевается шесть таких пролетов плюс шесть площадок. Это спокойный, нормальный

темп. Поначалу можно его сделать еще более щадящим, предпочтя большую длительность тренировки.

Ясно, что в оздоровительных целях ходить по лестнице лучше без всякого груза в руках.

В первые полтора месяца регулярных тренировок (3-5 раз в неделю по 5-12 минут за занятие) можно делать передышки в случае некоторой усталости. С седьмой недели от передышек можно отказаться. Правда, у лестничного тренажера есть определенные ограничения. Так, людям старше шестидесяти тренировать свой организм при его помощи не рекомендуется. Для остальных же противопоказаний никаких.

Главное — нужно соблюдать меру и не превращать тренировки в изматывающий марафон.

Интересно, что при неплохом уровне тренированности резко снижается потребность в лифте. Скажем, на девятый этаж без груза можно подняться за 2,5 минуты, а на лифте — за 0,5 минуты, спуститься — соответственно, за 1 минуту и за 0,5 минуты. Чаще всего эти минуты не имеют значения в нашей деятельности, следовательно их лучше употребить на укрепление своего здоровья, используя «вертикальный стадион». Ведь он есть в каждом доме.

Анекдот

Мужчина в слезах бежит по перрону и заламывает в отчаянии руки: «Боже мой, боже мой! Как это могло случиться?»

Подходит дежурный по станции:

- Что вы так кричите?

- Я опоздал на поезд.

- Ну и что! С кем не бывает?

- Но я опоздал всего на две минуты!

- Ну вот, а кричите так, будто опоздали на два часа!



УРОКИ ИНТИМНОЙ ЖИЗНИ

(Продолжение.
Начало в №№ 11-18)

Позиция: жена лежит на спине

Хотя вам удастся добиться первого сексуального успеха, используя положение жены на боку или верхом, но основная позиция, когда жена лежит на спине, дает возможность несколько усилить сексуальную активность. В этой позиции жена лежит на спине, ее ноги раскинуты, колени частично согнуты, а ее пятки либо упираются в матрац, либо лежат на впадинах колен мужа. Муж находится на руках и коленях прямо над ее телом, его ноги сдвинуты и лежат между ее бедрами. После того как муж введет пенис, он может часть своего тела переложить на локти, с тем чтобы частично освободить свои руки для ласк ее груди своим ртом. Однако в этой позиции мужчина в основном должен рассчитывать на типичные сексуальные движения. С другой стороны, у жены обе руки остаются свободными, и она может достать любую сексуальную часть тела своего мужа. У нее имеется хорошая точка опоры для ног, с тем чтобы двигаться вверх и вниз или совершать вращательные движения тазом. Поэтому жена может играть весьма активную роль в половом сношении. Позиция, при которой жена лежит на спине, требует до некоторой степени большей сноровки и регулирования, чем позиция на боку. Муж обычно находит, что он не в состоянии свободно делать передышки, регулируя быстрое приближение оргазма. Фактически напряжение, в котором он должен держать себя, делает неизбежным некоторое колыхание в результате мускульного напряжения, даже если он прекратит всякую

активность. Тот факт, что сексуальная активность жены в этом положении может легко привести мужа к оргазму, который не возникает обычно при положении на боку, увеличивает проблему регулирования. Таким образом, как муж, так и жена должны поддерживать возбуждение мужа на уровне, не допускающем ускорения оргазма. Наиболее простой способ супружеского регулирования в условиях, когда вы приняли стандартное положение, заключается в том, чтобы добиться синхронного сексуального движения. Это оказывается достаточно отвлекающим до тех пор, пока вы не овладеете всеми другими основными условиями. Жена быстро обнаружит, что наиболее

лучает умеренное сексуальное удовлетворение в этой позиции, хотя тот факт, что его жена фактически не может воздействовать ему ни давлением, ни лаской, несколько ограничивает его наслаждение.

Когда либо усталость, либо здоровье заставляет жену играть весьма пассивную роль, она может позволить мужу получить удовлетворение в этой позиции. За время супружеской жизни может возникнуть ряд таких случаев. Умеренное удовлетворение в этом положении все равно делает мужа счастливым, поскольку до некоторой степени разнообразит вашу жизнь, а почти обычно неактивная роль женщины не будет темой для разговоров.

СЕКСУАЛЬНОЕ ЗДОРОВЬЕ

легким способом синхронизировать ее действия является легкое прикосновение одной или двумя руками к ягодицам или пояснице мужа. Причем это делается не для того, чтобы взять на себя роль, определяющую темп, а просто с тем, чтобы рассчитать свои движения и привести их в соответствие с движениями мужа. Обычно мужу следует ограничивать свои движения как в частоте, так и в степени с тем, чтобы дать возможность жене следовать им в идеальном ритме, особенно когда тот или другой (или оба вместе) начинают чувствовать приближение оргазма. В этой ситуации инстинкт будет заставлять вас делать быстрые движения и нарушать синхронизацию, если только вы не используете преднамеренное сдерживание.

Подходы сзади

После нескольких недель сексуальной деятельности, которая расширяет влагалище, вы обычно можете выбрать один из двух подходов, если вы уверены, что это будет удобно для жены. Позиция на боку, когда муж подходит сзади.

В этой позиции жена лежит на боку. Ее колени полусогнуты. Муж лежит на том же боку, только позади жены, а его грудь находится довольно далеко от ее спины, чтобы выровнять угол между пенисом и влагалищем. Эта позиция дает мало шансов для достижения оргазма у жены в первые месяцы замужества, так как клитор в этой позиции возбуждается незначительно. Позднее, в ходе сексуальной пригонки, жена обычно по-

Подход сзади также может оказывать хорошо удовлетворяющим вас, когда вы начинаете второй половой акт. Эта позиция позволяет использовать множество ласк, нежностей и достичь сильного возбуждения во время полового сношения. У мужа обе руки остаются свободными. Он может делать достаточное количество сексуальных движений, чтобы поддерживать свою эрекцию и побудить жену интенсивной любовной игрой подойти к грани оргазма. Даже если твердость его пениса ослаблена, он в состоянии удовлетворить жену в этой позиции. Некоторые женщины не получают достаточного удовлетворения из-за высокого расположения клитора. Если вы приходите к выводу, что можно вызвать женский оргазм любовной игрой или ласками половых органов, то почти невозможно этого добиться во время самого полового сношения, обычно виной этому высокий клитор. В этом случае во время сексуальной связи муж держит один палец на клиторе. Если вы не касаетесь древком пениса клитора в обычной сексуальной позиции, вы должны обращать особое внимание на ласки клитора во время полового сношения до тех пор, пока сексуальное пробуждение не сделает более чувствительными другие области половых органов. Подход сзади и положение жены верхом позволяют использовать ласки клитора во время полового акта.

Доктор ШМИДТ



(Продолжение следует.)

Не любит тот, кто про любовь всем трубит.

НАСЕКОМЫЕ-ЦЕЛИТЕЛИ

Давайте поговорим о **восьминогих страшилищах - «чудовищах»,** которые многим внушают страх, к которым большинство людей относится с предубеждением, которых нередко считали и считают виновниками гибели скота и других несчастий. Когда-то за убийство этого «монстра» прощали сорок грехов!

О поголовной ядовитости пауков писали греческие и римские ученые еще в первые века новой эры. Убежденность в ядовитости всех пауков была настолько сильна, что многие считали: одно лишь присутствие паука где-то поблизости может вызвать болезнь. А уж укус его наверняка смертелен.

До нас дошли рецепты использования пауков в лечебных целях. В одной старинной книге было сказано, например: «Паук останавливает приступы перемежающейся лихорадки, если его раздавить и приложить к ладони или к обо-

пались чуть свет и сразу начинали свою работу. Наконец ученый решил «перевоспитать» пауков – он стал давать им небольшие дозы снотворного, надеясь, что пауки будут спать дольше. Пауки действительно стали просыпаться позднее, но, проснувшись, начинали вести себя необычно, вернее, начинали плести необычные сети. Ученый был человеком пытливым – он решил проверить, что это значит, и стал давать паукам различные лекарства и наркотики. И всякий раз пауки делали сети с разными рисунками, причем каждый рисунок всегда соответство-

Паук на службе... судебно-экспертизы

О ТЕХ, ЗА УБИЙСТВО КОТОРЫХ ПРОЩАЛИ СОРОК ГРЕХОВ

Короче, речь пойдет о пауках.

То, что о жизни пауков ничего не знали люди далекого прошлого, – это понятно. То, что о пауках ничего не знали люди, в том числе и ученые, и в более позднее времена, – тоже можно понять. Но ведь о пауках очень мало известно подавляющему большинству людей даже сейчас.

Следствие этого незнания – множество предрассудков, из-за которых пауков боятся и уничтожают.

Я хочу коснуться главной темы о пауках: «Паук и медицина».

Люди пытались использовать пауков и паутину задолго до того, как придумали ткать материю из паутинных нитей. Паутину применяли и как лечебное средство. Например, очень распространен был паутинный пластырь. Его применяли для остановки крови и для быстрого заживления раны. Сейчас ученые, исследовав паутину, пришли к выводу, что она действительно обладает лечебными свойствами, в частности убивает некоторые бактерии. Но для этого можно пользоваться лишь стерильной паутиной. В природе же такой паутины практически не бывает – она всегда покрыта пылью, всегда грязна и, конечно, не может произвести нужного действия. Тем не менее паутине приписывали (и некоторые люди верят в это до сих пор) самые чудодейственные свойства, считали, что она излечивает от очень многих болезней. Но если паутине приписывались лечебные свойства, то самих пауков очень боялись.

им вискам или если его живым запереть в ореховую скорлупу и повесить на шею или на руку больному».

Такие рецепты были широко распространены. Имелись и другие: «Возьми живого паука, залепи его осторожно мякишем хлеба, но так, чтобы не повредить его, и дай пациенту проглотить». Этот рецепт взят из лечебника XVIII века!

А ВОТ ОЧЕНЬ «ДЕЛЬНЫЙ» СОВЕТ:

«Паука слегка придавить и положить в изюминку или кусочек масла либо хлебного мякиша». Считали, что такое «лекарство» помогает от многих болезней, особенно от малярии. И пользовались такими «лекарствами» вплоть до открытия хинного дерева.

Но и потом, когда уже перестали применять подобные средства, пауки продолжали занимать прочное место в медицинской магии – даже просто изображение паука, как считали, лечит или предохраняет от болезней. Поэтому пауков вырезали из ценных камней, делали их из благородных металлов и носили как амулеты и украшения.

Это, конечно, предрассудки. Но пауки действительно уже помогают врачам. Например, они дали медикам довольно сильное оружие, помогающее выявлять преступников.

Началось все почти с анекдота: ученый, занимавшийся пауками, любил поспать. А пауки, за которыми он наблюдал, как назло, просы-

вал накануне полученному медикаменту. И тогда стало ясно, какую помощь могут оказать пауки врачам и судебным экспертам. Ведь бывает так: умер человек, а причину гибели установить не удается. Похоже, что отравился, но это надо еще доказать. И надо узнать, чем именно отравился или был ли отравлен человеком.

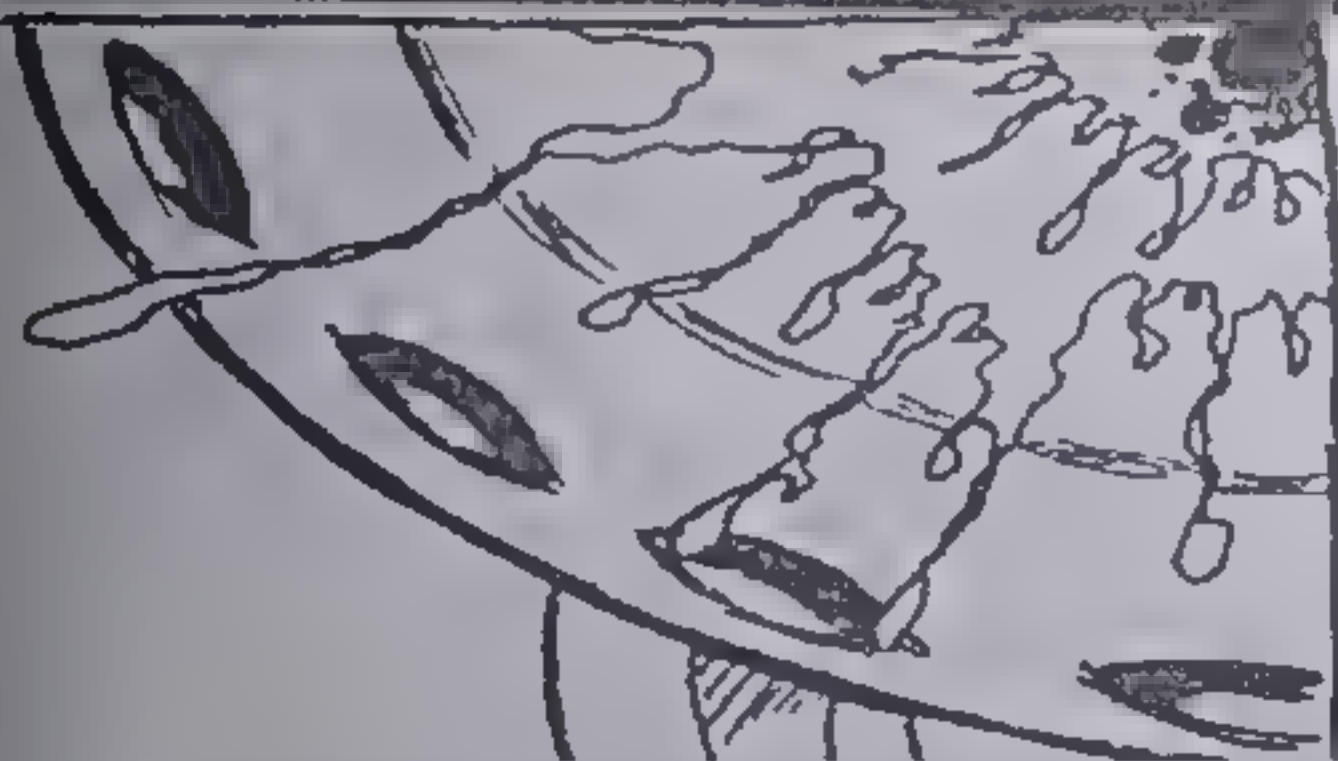
И тут на помощь экспертам приходит паук

Ему дают еду – прыскают из шприца на паутину капельку жидкости, в которую добавлена кровь умершего, и паук, принимая каплю за попавшее в паутину насекомое, бросается на нее. Или опускают а паутину пропитанную в соответствующем растворе муху. После этого внимательно следят, какую паук начинает плести сеть. «Каждое лекарство заставляет паука плести вполне определенную паутину с характерным отклонением от нормы». Иными словами, даже самого маленького количества яда или какого-нибудь лекарства для паука достаточно, чтоб сеть стала необычной.

У медиков есть специальные альбомы с фотографиями паутин, сделанных пауками после принятия крошечных доз различных препаратов. Паутину «экспертов» сравнивают с фотографиями из этих альбомов, находят схожую и получают точный ответ, отравлен ли человек, а если отравлен, то чем. Рисунок паутины позволяет определить препарат намного быстрее, чем длительный лабораторный анализ.

ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ

Сейчас пауки начинают «делать карьеру» еще в одной области медицины. Многие ученые считают, что некоторые психологические расстройства людей сопровождаются биохимическими изменениями клеточной жидкости или крови. Биологи и медики предполагают, что, если дать пауку капельку крови или клеточной жидкости такого больного, паук прореагирует на это формой или рисунком паутины. И если это повторится, ученые смогут быстро и точно определять, чем болен человек. Мало того, благодаря паукам врачи смогут решать, как действует на больного лечение.



Сейчас внимательно изучают яды пауков. Сыворотку, которую применяют против укуса ядовитых пауков, изготавливают из яда тех же самых пауков. Этим ученые занимаются уже давно (в частности, в СССР была разработана и с 1939 года успешно применяется в Средней Азии антикаракуртовая сыворотка). Но сравнительно недавно были открыты лечебные и болеутоляющие свойства паучьего яда. И трудно сказать, какие новые (и, возможно, очень важные) открытия сделают в этой области медики и биологи.

Все, о чем я говорила, лишь отдельные факты использования пауков в практических целях. Но мне хотелось не только рассказать об этих фактах, но и показать, насколько еще мало изучены пауки и как они интересны сами по себе.

Сейчас уже никто не сомневается в том, что пауков надо охранять.

Человек должен, просто обязан преодолеть свое предубеждение в отношении этих животных. Я еще вернусь к разговору о пауках и представлю новые доказательства того, что к ним необходимо относиться хорошо!

Мадам СОФИЯ

ОГУРЕЦ

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ К УПОТРЕБЛЕНИЮ ОВОЩА

Существует целый ряд заболеваний, при которых необходимо подходить индивидуально к назначению в пищу огурца.

В основном это заболевания мочевыводящей и пищеварительной систем: острые и хронические нефриты, пиелиты, хроническая почечная недостаточность; язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки в стадии обострения, острые или обострившиеся хронические гастриты, энтериты, колиты.

Огурец ощелачивает организм, поэтому он просто необходим при мочекаменной болезни с кислой реакцией мочи, но требует осторожного использования при щелочной.

Чтобы избежать расстройства пищеварения, после употребления свежих плодов желательно не пить молоко, газированные напитки или просто охлажденную воду. Нарушение усвоения молока у грудных детей (вплоть до поноса) может быть следствием включения овоща в пищевой рацион их мам.

ВЫПАДЕНИЕ ВОЛОС, РЕВМАТИЗМ

Ежедневно втирать в корни волос смесь взятых поровну свежеприготовленных соков огурца и капусты. Хорошо каждый день для насыщения организма кремнием принимать хотя бы 100 мл смеси внутрь.

С одинаковым успехом капустный сок может быть заменен на морковный. В этом случае при регулярном внутреннем приеме смеси соков ослабевают проявления ревматизма.

ВОДЯНКА, ТУБЕРКУЛЕЗ ЛЕГКИХ, МОЧЕКАМЕННАЯ БОЛЕЗНЬ, АТЕРОСКЛЕРОЗ, ЗАБОЛЕВАНИЯ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ, ЗАПОРЫ

Симптомы недугов ослабевают при употреблении внутрь измельченных плодов огурца или его отжатого сока. Дозировка произвольная: от 5 столовых ложек до 1 литра сока в день. Слабительное действие плодов отличается мягкостью.

КАШЕЛЬ, ОБЛЕГЧЕНИЕ ОТХАРКИВАНИЯ МОКРОТЫ ИЗ ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЕЙ

Пить, задерживая в горле, свежесжатый огуречный сок смешанный с натуральным

пчелиным медом (1 чайная ложка меда на 1 стакан сока).

ГОРМОНАЛЬНАЯ НЕДОСТАТОЧНОСТЬ ФУНКЦИИ ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ ПРИ ЗАБОЛЕВАНИИ ЭНДЕМИЧЕСКИМ ЗОБОМ

Огурец аккумулирует в себе соединения йода. По этой причине при регулярном употреблении овоща восполняется недостаток элемента, который при попадании в организм активно усваивается для синтеза йодсодержащих гормонов.

ГИПЕРТОНИЯ, ИЗБЫТОЧНЫЙ ВЕС, НОРМАЛИЗАЦИЯ МИКРОФЛОРЫ КИШЕЧНИКА

Придерживаться гипотензивной (то есть способствующей снижению давления крови) овощной диеты (свекла, морковь и др.) с обязательным включением в суточный рацион до 1,5-2 кг огуречных плодов. В натуропатии бытует мнение, что огурцу присуща способность приводить в состояние нормы любые изменения давления: повышенное — понижать, а пониженное — повышать.

Человек не ценит того, что у него есть.

Не шуми, сердечко

Сколько родителям известен этот безрадостный диагноз: шум в сердце. Говорят, что перерастет, говорят, что пройдет. Но каково жить, как под бомбой замедленного действия? Нужно помогать! Не ждать же, пока ребенок начнет бледнеть, плохо себя чувствовать и задыхаться. Малейшие сердечные нарушения нужно лечить. Лечат шумы смесью настоев пустырника, мелиссы, ромашки, сока калины и настоя белых крупинки, которые выращивают дома в банке, - так называемого «морского риса», - а также настоя на сухофруктах (яблоках и черносливе).

Эти вкусные рецепты - лекарства, приготовленные по ним, ребята пьют с удовольствием - передавали из рук в руки. Их диктовали матерям врачи, несмотря на то, что речь идет не о традиционном лечении; пока эти рецепты хранятся только в анналах нетрадиционной медицины. Эти рецепты передавали друг другу матери, стоявшие в очередях под кабинетами известных кардиологов. У хорошей славы сильные крылья.

На не плотно набитую кистями калины (вместе с цветоножками) трехлитровую банку положите 500 г сахара или меда. Пить давайте больному по трети стакана не меньше двух раз на день, когда хочется. Причем пьют этот сок, настоянный на меду или, в крайнем случае, на сахаре, до тех пор, пока он кажется вкусным. А когда малыш начинает отказываться, значит, его организм уже насытился. Нужно сделать перерыв.

Можно заменить этот рецепт другим, тоже не менее вкусным. Необходимо пропустить через мясорубку ягоды калины и боярышника красного (вместе с косточками). Добавить туда измельченное на терке яблоко (типа антоновки). В подогретом меде развести прополис и добавить его во фруктово-ягодную смесь.

Состав: 100 г калины, 100 г боярышника, 100 г яблок, 150 г меда, 5 г прополиса. Принимать рекомендуется не чайными и не столовыми ложками, а... блюдцами.

Недаром говорят: что мал, что стар - все равно. Так и во многих семьях было: лечили малыша, а бабка старенькая и себе пробовала и убеждалась, что и ей оно помогает при ее старческих заболеваниях.



Именно таким способом старушки излечивались от гипертонии. Давление не поддавалось до того никакому лечению. Доходило до 270 на 150, пожилая женщина падала в обмороки. А при употреблении настоев, о которых идет речь (кто бы мог подумать, удивлялись медики, которые наблюдали за одной такой больной), гипертония отступила.

Этих примеров можно привести более чем достаточно. Коктейли с рисовым грибом помогали многим. Помогали тем, которые привыкли к тоннам различных лекарств и уколам. И вся соль, оказывается, в напитке, очень вкусном, похожем на ананасовый сок. Можно привести примеры, когда пожилые люди забывали о гипертонических кризах.

Этот же рецепт применяли беременные женщины, когда у них также повышалось давление, и эффективность была убедительная.

Полезны настои рисового гриба и при неврологических заболеваниях. В таких случаях рекомендуется принимать по 1 стакану настоя трижды в день за полчаса до еды или между приемами пищи. Морской рис рекомендуется настаивать на кураге, которая, как известно, сама по себе является полезным продуктом при

сердечно-сосудистых заболеваниях. Потом менять - вместо кураги брать изюм. Затем - инжир. После инжира - сушеные груши. Затем - яблоки. Такие же настои рекомендуют принимать и при мигрени, и при депрессии.

О такой очень неприятной болезни, как эпилепсия, знают все. Известно, как трудно поддается она лечению. А вот о том, что и ее можно победить с помощью рисового гриба, наверное, знает далеко не каждый. Иначе многие давно избавились бы от этой тяжелой болезни.

Если такое случается с детьми, врачи, как правило, не спешат ставить диагноз - эпилепсия. Пишут «эпилептический синдром», успокаивают родителей: мол, ребенок еще перерастет, но, к сожалению, результаты бывают тяжелые. Припадки учащаются, становятся все более продолжительными.

Рецепт, который оказывает чудотворное влияние на детей при таком заболевании, - все тот же: соединение «морского риса», как называют еще рисовый гриб, с витаминами А, Е, С и всем известной группы В.

При лечении рисовым грибом с добавками необходимо принимать много витаминов. Полезны сборы трав: мелиссы, ромашки, пустырника, березовых листьев. Сбор берется из равных частей трав и листьев (по чайной ложке каждой травы - заваривать, как чай). Этот сбор действует как успокоительное средство. Напитком можно запивать отвар, приготовленный из 1 корня сельдерея и 3 грецких орехов (их необходимо измельчить и растереть со скорлупой яйца), 3 ст. ложки овса, 1 моркови и горсти шпината.

Анекдот

Больной:

- А не найдутся ли в вашей больнице лекарства для моей болезни?

Врач:

- Что вы? У нас столько лекарств, что даже для некоторых из них болезней пока нет!

ЛЕЧИМСЯ МЕТАЛЛОМ

Дарить медные браслеты было модно еще в средние века, в эпоху знаменитого целителя, ученого-энциклопедиста Абу Али ибн Сины, известного миру как Авиценна. Еще в те далекие времена, в X-XI вв., среди целительных снадобий, к которым прибегал легендарный Авиценна, была медь. Он первым рекомендовал прикладывать медные пластыри на гнойные раны, на места переломов.

ют, что медный браслет лечебный, но, покупая или даря его, не всегда задумываются, нужен ли он именно этому человеку. Не все знают, кому медный браслет полезно носить, а кому он противопоказан.

Полезен медный браслет людям, склонным к переживаниям - он успокаивает.

Незаменим он и для тех, кто страдает от повышенного артериального давления. Кто носит его постоянно,

быстрая утомляемость, анемия, сыпь, эмфизема, депрессия, остеопороз и даже нарушение сердечной мышцы.

Взрослому человеку необходимо для жизнедеятельности не менее 3 мг меди в сутки. Чтобы набрать их во время еды, необходимо употреблять мясную пищу, говяжью печень, чечевицу, овес, ячмень, свеклу, фасоль, белые грибы.

Медный целитель

В древней Индии использовали медный порошок - с его помощью лечили заболевания глаз и кожи. Аристотель, как подтверждают легенды, засыпал с медными шариками в руках. А в Сирии и Египте издавна существует обычай надевать медные браслеты на руки и ноги грудных младенцев. И носят их детишки до появления у них первых зубов. В те времена такие украшения дарили близкие люди. Медь была очень ценным металлом, о ней ходили различные легенды: принося ее в дом, человек открывает врата духу, исцеляющему человека. С древних времен пошел обычай дарить медные браслеты. Их дарили в богатых, знатных семьях, передавали из поколения в поколение как именные, родовые ценности. С тех пор в обиход вошли и другие браслеты - малахитовые и пальмовые, сандаловые и серебряные, золотые и обычные самодельные, подаренные любимым человеком.

И каждое из этих украшений несет целительную своеобразную силу, в каждом конкретном случае излечивая что-то сугубо индивидуально.

Возможно, тут срабатывает больше психологический фактор. Ведь все, что мы берем у других людей, все, что нам дарят, несет своеобразный заряд энергии. Иногда эта энергия бывает дороже самого подарка. Но я хочу рассказать сейчас о конкретной вещи - о медном браслете. Дело в том, что носить эти браслеты можно не всем. Люди зна-

но, подтверждает, что после того, как начал носить медный браслет, исчезли головные боли. Но, опять-таки, проходят не всякие головные боли, ведь в каждом индивидуальном случае с головной болью связаны свои причины, то есть у каждого человека «своя» головная боль и свои причины, которые ее провоцируют. И что странно, помогает тем, у которых и врачи не обнаружили никаких серьезных причин такого заболевания.

Научные исследования бактерицидных и лечебных свойств меди начались во второй половине XIX века, после страшной эпидемии холеры, которая в 1832 году унесла в Париже много человеческих жизней.

Вот тогда ученые и обратили внимание на то, что некоторые кварталы были поражены этим страшным заболеванием, а некоторые холера миновала. И было сделано открытие, которому было присвоено, имя доктора Брюка: болезнь обошла те районы, которые были расположены возле склада меди. Это была важная деталь, которая помогла в борьбе с эпидемиями такого заболевания в дальнейшем.

Позже были установлены еще очень важные факты: шизофрения и алкоголизм, ревматизм и бронхиальная астма, инфаркт миокарда и злокачественные новообразования, лейкоemia и различные инфекционные заболевания - все эти болезни в значительной мере вызваны дефицитом в организме иона меди. Это проявляется такими симптомами:

Приготовленные из этих продуктов блюда должны быть в повседневном рационе каждой семьи. Очень полезны стручки фасоли, в которых содержится больше всего меди. Кладите их в супы, борщи и бульоны. Собирать их надо зелеными. Нарежьте мелко и пассеруйте в подсолнечном масле с добавлением различных соусов, муссов, подлив - белых грибных, с молочными добавками и с майонезом, томатных и фруктовых приправ. По поводу перечисленных выше овощей - тоже все ясно. Жарьте, варите, тушите. Особенно полезны овощи, приготовленные в духовке, в керамических порционных горшочках. Относительно чечевицы, ячменя и овса: можете готовить из этих ценных зерен кисели - сладкие, с добавлением различных фруктовых экстрактов, наваров. А можно проращивать эти зерна на влажной чистой ткани на окне и тоже употреблять - по утрам и на ночь, за полчаса перед едой. Полезно пиво, если нет для этого противопоказаний.



Никто не может быть ни всезнающим, ни всемогущим.

МАГИЯ: ИСТОРИЯ, ТРАДИЦИИ

ИСЦЕЛЕНИЕ И ЧЕРНАЯ МАГИЯ

**Недавно в редакцию
пришло письмо от
целительницы из города
Макеевки. Должен сказать,
что некоторые ее рецепты
явно основаны на технике
черной магии и, как не
скрывает и автор письма,
на ритуалах Вуду.**

В чем отличие черной магии?

Она совсем не обязательно должна быть направлена во зло или, во всяком случае, на совершение явного зла. Черной называется та магия, которая основана на ритуалах, использующих кровь. Воздействие на кровь есть, в конечном счете, воздействие на карму. Карма — йога Индии существует уже тысячи лет и действует теми же методами. Возможно, подобное вмешательство не всегда ведет ко злу, но оперирует достаточно рискованными методами. Приведем пример из письма.

ОТ ЖЕЛЕЗНИЦЫ. Этот клещ сжигает лицо, врачам лечение не дается (явная ложь). Обрезают волосы больного размером с кисточку, сжигают на свече. Дым пускают в лицо и читают заговор:

Лярвы годовые, возьмите язвы моровые, дикое мясо, кровяной посяд в свой черный сад. На черную смолу, на чертову слюну. Слизните и заберите. Слово мое камень, падать ему в море. А кто из моря забрет, тот мое дело перебьет. Аминь.

Делают это при солнечном свете. Вечером сильный обратный удар, то есть сам мастер тяжелее переносит.

Что такое лярвы?

В магии эти существа трактуются по-разному. Обычно этим именем называют астральных паразитов, или «небесных пиявок», забирающих у людей часть их жизненных сил. И здесь еще настоятельно один момент: в настоящей белой магии обратных ударов не бывает. Это может происходить только с черными колдунами.

Не спорю: такой метод, если он действует, может быть и полезен. Другие заговоры и заклятия настоятельно гораздо больше. Вот один из них, который рекомендуется читать во время мойки машин:

Заклинаю я тебя от вора, от подстула и угона. От цыганского глаза, с первого наказа. Отними ноги, отними руки, пошли ему муки. Селезенка, печенка, все кровные и бескровные и т. д.

Вот здесь и проскакивают интересные нюансы. По сути, заклинание пред-

ставляет собой набор проклятий, предназначенных для того, кто осмелится (быть может, только мысленно) покушаться на чью-то святую собственность. Помнится, когда моя бабушка с семьей в 1927 году бежала из голодающего Поволжья, то в деревнях, через которые они проходили, местные жители раскидывали на дороге овощи. Сами же сидели в кустах и наблюдали, не соблазняются ли на них идущие по дороге голодающие. И стоило кому-то поднять такой кусок, как из ближайших кустов выскакивала орава здоровенных мужиков, забивающих неосторожного человека насмерть. Не знаю, имеют ли подобные заклятия отношение к Вуду, но они явно родились именно в такой вот дремучей и жестокой среде. Впрочем, дальше текст идет еще «покруче».

Заранее наговорите на ключ оберег и незаметно положите в гроб к покойнику. Те, кто заберется в такой заговоренный дом, теряют разум, а иногда и жизнь. Далее идет текст заклинания

Выну я из груди вора кровь, из его легких дух, из его ушей слух... И далее еще кровавее.

Работая целителем, мне неоднократно приходилось сталкиваться со случаями, когда больного посещает некая сущность наподобие вампира. Любопытно, что кроме подобного существа всегда находились следы и того, кто такого мертвеца «поднял». Постепенно я пришел к выводу: мертвые души из могил всегда поднимают реальный, живой человек. И вот, только теперь мне в руки попало заклятие, определяющее метод: как именно это делают. Должен добавить: заклятие действует не всегда. В принципе, чтобы пробудить подобную силу, человек должен иметь дар родового колдуна или, по крайней мере, «мертвую кровь». Газета неоднократно печатала мои статьи о том, как именно меняется полевая структура крови. И ничего тут не сделаешь: ад защищает только своих. Тех, кому цена защиты не кажется чрезмерной.

Среди известных духовных законов существует и такой, который называется законом Мерфи. Он гласит: если конструкция системы допускает существование извращений, то такие извращения неизбежно возникнут в ней. Знахарство здесь не исключение. Как мы сейчас видим, в ней есть и «черное целительство» под именем Христа. И это совсем не случайно: психологи, исследовавшие этот вопрос, серьезно считают, что структура знахарства несет в себе явные элементы паранойи. То есть человек считает себя живущим в среде, состоящей из люто ненавидящих его врагов, не имея ни одного друга. На расправу с этими врагами он и призывает своего единственного союзника, — но кого?.. Впрочем, иногда сама реальность принимает черты безумия...

И тем не менее в письме есть рекомендации о защите от порчи и сглаза с

помощью нательного креста, который, по мнению автора, является сильнейшим амулетом, если изготовлен из дерева. Молитвы чередуются с заговорами, явно взятыми из ритуалов «некромантии» — самой зловещей разновидности средневековой магии, основанной на вызове душ умерших и управлении ими. Должен заметить: и в средние века ведьмы из явно саганинских сект далеко не всегда рисковали использовать такую разновидность колдовства.

Любопытно, что все эти заговоры, по видимому, когда-то составил очень сильный маг. Это видно по тому, что они явно включают в себя некую тайную символику, известную лишь магам элиты. Такие заговоры, а точнее было бы называть их «превентивные проклятия», действительно должны действовать. А вот целительская часть в данном случае явно не столь эффективна. Так, от бесплодия рекомендуется брать ольховый корень, толочь в порошок, разводить в воде с медом и пить. Одновременно читать перед брачной постелью и после нее

У лошади жеребяти, у коровы — теляти, у овцы ягнати, а у меня нет дитяти. Как месяц нарастает, так пусть из семян семечко, будет для меня деточка. Благослови, Господи. Аминь.

В письме есть и рекомендации для лечения рака матки. Рекомендуется при этой болезни 4 недели поститься, избегать супружеской близости. (Можно подумать, что при этой болезни кто-то полезет в супружеские объятия.) Затем на рассвете больную сажают перед зеркалом, зажигают три венчальные свечи. Затем вкладывают ей в ладонь три пряди волос, срезанных с ее же головы. Потом читается заговор.

Что можно сказать на это? Если рак можно вылечить таким простым методом, то остается один вопрос: почему же до сих пор им кто-то болеет? Нет, в принципе, это заболевание излечимо с помощью психических методик, но, наверное, не столь примитивных.

Мне трудно четко сформулировать свое мнение о магических методах, присланных в редакцию. Сам я — человек застойных времен, для меня непривычны столь жесткие меры воздействия. Но жизнь изменилась, и те меры, которые недавно считались варварскими и совершенно неприемлемыми, сегодня проходят как обыденные и нормальные. Самоуверенность безнаказанных грабителей может заставить прибегать и к таким мерам. Спрос рождает предложение; так, бывшие лекторы по атеизму сегодня становятся чуть ли не столпами Церкви, а потомки ведьмовских родов — целителями. А в советское время, как мы знаем, таких целителей сажали в сумасшедшие дома и держали там всю жизнь.

Доктор МОРО.

ФИТОТЕРАПИЯ

Здравствуй, уважаемый главный редактор журнала «Самоисцеление и долголетие». Вам пишу впервые. Зовут меня Сергей Александрович. Много лет собираю травы. По сообщениям вижу, что много вопросов задают по травам, интересуются ими. Хочу, чтобы и мои знания кому-то помогли.

С уважением С.А. Лихачев.

Знания, которыми не обладали древние, оказались весьма обширны.

М.ТВЕН

ное нарастание терапевтического эффекта с созданием более устойчивого баланса организма.

Если образно сравнить организм человека, к примеру, с лошадью, то химиопрепараты – это кнут, а лек. травы – добрый мешок ячменя. И то и другое стимулирует организм, воздействуя при этом по-разному.

Самыми сильными стимуляторами иммунной системы организма являются корни аконита, трава, семена и цвет-

ется она эндемиком Алтая, и больше нигде в мире ее нет.

Из всех известных в настоящее время растений и препаратов медицинского назначения «красная щетка» обладает одним из лучших иммунных и адаптогенных свойств для восстановления расшатанных систем организма.

В своем биологическом составе «красная щетка» содержит антоциан-

В ложке ЛЕКАРСТВО, в чашке - ЯД

С давних-давних пор народным средством исключительно от всех заболеваний являются травы. Авиценна говорил так: «Нет такой болезни, которую нельзя вылечить травами, и нет таких растений, которые не были бы целительными».

Травы. Под этим словом подразумевают не только травы, но и корешки, и цвет растения, и кору, и овощи, и фрукты и т.д. Весь животный мир использует целительную силу растений, только, в отличие от людей, животные чувствуют – когда, какую травку сжевать, какой корешок выдернуть.

У нас же другой опыт. Опыт накопления знаний. С каждым новым выпуском журнала узнаю какой-то новый рецепт, кем-то уже испытанный и принесший облегчение.

Не перестаю удивляться точности и логическому соответствию лек. сборов, применяемых знахарями. Кажущаяся простота и наивность русских рецептов, между тем, имеет глубокое обоснование.

Например: «Возьми репьев с собачьего хвоста, парь в горячем меде семь дней, хорошо от болезней легких пить». Казалось бы, при чем здесь собачий хвост? Все просто! Только полностью созревший репей, в котором содержится максимальное количество биологически активных веществ, может прицепиться к шерсти животного, к одежде человека. А репей, он же лопух, кстати из-за этого и получил свое название. Старославянское «лепух» – значит цепляться, прицепляться.

Если говорить о преимуществах лек. сборов перед химиопрепаратами, то к одному из первых я бы отнес мягкость действия. Правда, именно это и вызывает скепсис у многих людей, ожидающих от трав такого же быстрого эффекта, как и при лечении химиопрепаратами. Однако мягкодействующие травы создают постепенное, плав-

ки болиголова. Великолепным действием обладают также корешки «красной щетки».

Другое преимущество говорит само за себя. Низкая опасность осложнений, включая аллергические реакции. Уникумом считается человек, имеющий аллергию на траву; также уникам тот, у кого в нашем бренном мире ее нет на какой-нибудь химиопрепарат. Исключения составляют ядовитые растения, где передозировка нежелательна. В древности говорили: «В ложке – лекарство, в чашке – яд».

Многие больные ощутили, что наряду с трудностями приобретения и постоянным удорожанием «хорошего» химиопрепарата снижается со временем выраженность их эффекта.

Для фитотерапии таких проблем не существует. Смена одного из компонентов в сборе на другой не чаще одного раза в месяц сохраняет силу и эффективность воздействия последнего на многие месяцы.

Следующим преимуществом является их доступность. Травы растут, в буквальном смысле слова, – под ногами. Но есть одно «но». Растения имеют большую накопительную способность, т.е. вбирают в себя все элементы, микроэлементы, которые есть вокруг них в почве, в воде и воздухе. Поэтому в населенных пунктах, в городах и вокруг них в радиусе 50-100 км, в зависимости от экологии региона, растения собирать нельзя.

Поэтому обращаюсь ко всем бабушкам и дедушкам – не собирайте, пожалуйста, и не употребляйте в пищу ничего, что растет в черте города. Наши травники едут за растениями в Крым, на Кавказ, на Алтай, в Хакасию, на Дальний Восток. Сам я привожу травы с Горного Алтая, с Горной Шории.

Хочу сегодня говорить о растении, которое имеет название «радиола холодная», по иному «красная щетка». Явля-

ны и бетины, что придает ей красный цвет.

Применяется для успешного лечения атеросклероза, анемии, лейкозов, при болезнях сердца – при сердечной грыже (симптомы – «сосет и давит» – по профессору П.А. Уткину).

В народной медицине Алтая и Предалтайских степей «красная щетка» используется женщинами для полного излечения мастопатии, миомы матки, эрозии, кист, эндометриозов, болезненных циклов, опухолей различной этиологии.

«Красная щетка» обладает выраженным кровоостанавливающим и мягким тонизирующим действием.

Снимает спазмы сосудов головного мозга (предпочтительнее ноотропила, имеющего ряд противопоказаний).

«Красная щетка» уникальный народный гормон, устраняющий эндокринные нарушения: зоб, заболевания лимфоузлов, заболевания надпочечников и др.

Может с успехом применяться для лечения онкозаболеваний и других тяжелых болезней бактериального происхождения.

Применяется для лечения не только женщинами. Есть положительные примеры излечения мужских заболеваний.

Аналогов в мире не имеет

Противопоказания не установлены.

Испокон веков алтайцы заваривают, пьют, как чай, настой «красной щетки», повышая умственную и физическую активность, избегая при этом множества заболеваний. Чай пьют по желанию в любое время.

В лечебных целях используют настой на воде и настойку на водке.

(Продолжение следует)

Какое слово скажешь, такое в ответ и услышишь.

Записки бывалого фельдшера

Летние месяцы — длинные световые дни, можно подолгу сидеть вечерами на лавочке во дворе подстанции «скорой», смотреть на звездное небо, обмениваться впечатлениями в ожидании следующего адреса. Веселее еще становится работать и оттого, что в наш привычный коллектив, хоть и временно, но вливаются студенты. У мединститута и техникума начинается летняя практика. И конечно, хочется им показать что-то интересное, действительно экстренное из практики «скорой». Но как часто бывает, днем — дежурства спокойные, так, по мелочам: температура, перевозки из больницы в больницу. А что-то более серьезное начинается по вечерам и по ночам, когда так нужен иногда бывает третий помощник. Но практиканты рады съездить с нами даже на обычный вызов — долго разглаживают перед зеркалом халат и поправляют фонендоскоп. Им так приятно ощущать на адресах свою причастность к работе бригады. Недаром практика у нас — одна из самых интересных.

Едем, ищем нужный дом. Обсуждаем с водителем расположение корпусов, по номеру квартиры вычисляем этаж. Удивленный студент, слушая наш разговор, спрашивает:

- Вы что, вот так, с ходу, можете определить расположение дома и что квартира 122 на четвертом этаже 9-этажного дома? А во многих домах центрального района вы побывали?

Смеемся в ответ:

- Ты знаешь, мы, как Дед Мороз, обошли почти все подъезды с подарками в виде уколов и лекарств. За десять лет работы мы побывали почти в каждом высотном доме, иногда даже по нескольку раз.

Одна из студенток-практиканток, не привычная к укачиванию, после длительной поездки в отдаленную больницу сказала:

- Все, не могу. Подпишите, пожалуйста, дневник по практике, поеду дальше на троллейбусе, с вами хорошо, но на УАЗе укачивает сильно.

Но несмотря на все сложности несколько человек пришли к нам

работать после получения диплома.

Подвыпившая мадам ошеломила нас с порога:
- Вытаскивайте его быстрее, зайчики, ему с утра на работу.

- Во-первых, не зайчики, и что значит «вытаскивайте». Повод к вызову был — «болит сердце».

- А это я сказала, чтобы вы наверняка приехали, — икнула нам в ответ нечесаная женщина лет 50 со следами алкоголизма на лице.

А живности в доме (тараканов, мух, крыс) — хоть в «Мире животных» снимай. Оказалось, что ее благоверный, такой же как и она, провалился в погреб и там жалобно подвывал.

Включаем фонарь, луч высвечивает физиономию.

- Что болит, мужик?

- А ничего, просто выбраться не могу, выпил много.

- Может, ему укольчик какой? — напоминает о себе его подруга

- Нет — только рассол и носилки, вот что может его спасти. Ищите соседей-мужчин, будем вытаскивать, — отвечаем мы.

Через 10 минут все было закончено. Пациент, весь в паутине, был вытащен наверх (спасибо соседям!).

О том, что это потраченное впустую время, которое могло быть использовано на ждущего «скорую» пациента с отрой болью, — говорить, наверное, не стоит. И так все ясно.

СИТУАЦИЯ «НА АДРЕСЕ»

Семейная пара, обоим лет около 60. Но мужчина упорно называет женщину «мамочка».

- Мамочка, дай мою медицинскую карту. — И чуть позже: - А ты помнишь, мамочка, что мне помогло в прошлый раз?

Приглядываюсь повнимательнее. Нет, по возрасту вроде ровесники. Даже если бы она родила в 15, в «мамочки» ему все равно бы не годилась.

Когда прощались, она, видимо, поняв наше недоумение, сказала: «Да я всю жизнь для него «мамочка». Он без меня совсем беспомощен, как ребенок, та-

кие вот у нас трогательные отношения. Ведь большинство мужчин такие? Правда?»

Мы промолчали.

Хочу написать и о нашем коллективе. Основной наш костяк работает десятилетиями. Кто не ушел в первый год, остается, как правило, надолго. Есть люди интересные, неординарные. Некоторые просто «чудики».

Ну как еще назовешь докторов, которые из каждой зарплаты иногда покупают медикаменты, пусть и не дорогие, но иногда отсутствующие на «скорой». Только «чудики» могли выбрать этот нелегкий хлеб — дежурить сутками на колесах, общаясь с очень разными пациентами. Хотя, безусловно, есть более спокойные места — поликлиника, стационар. Но «скорой», наверное, надо «заболеть». И когда в одном из интервью Александр Розенбаум (наш коллега в прошлом) сказал, что уже много лет с тоской провожает глазами каждую машину «скорой», то мы его очень понимаем. В коллектив, где все общее — радости, беды, совместные чаепития с заработанной в благодарность коробкой конфет, с совместными праздниками, — всегда хочется вернуться.

И в отпуске мерещится: «17-я — на выезд!», а через месяц в жизни уже чего-то недостает. На зеркале в комнате отдыха бригады — грустная надпись: «Я не прощаюсь навсегда». Вот так кто-то в силу разных причин уходил, унося в сердце частичку нашей работы.

Так в свое время случилось и со мной. Но это уже совсем другая история.

Остап ХВОРОБА



ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ

Нам
пишут...

Главное – помогает

Хочу написать, как я избавился от **трофической язвы**. Где я только ни лечилась – не помогало. Как-то в электричке разговори-лась с женщиной, и она мне дала адрес, где можно купить мазь, которая лечит экзему, псориаз, лишай, грибок, гнойные раны и, самое для меня главное, трофические язвы. И цена, говорит, чисто символическая, в аптеке намного дороже.

Решила испытать. Женщина посоветовала купить настойку и мазь. Да, лечилась 2 месяца (но и рана ужасная и до этого полгода мучилась) – помогло. Муж грибок «принес», помазал мазью всего три раза на ночь – прошло. Вот и хочу написать адрес этой женщины – это не экстрасенс, не колдунья, а просто знающий человек. Ведь сейчас многие болеют именно грибковыми заболеваниями, а лечение не всегда помогает.

г. Ясиноватая, ул. Красноармейская, дом 64. Женщину зовут Вера (фамилию не спросила). Название травы она не спросила. Да дело не в названии, главное – помогает!

С уважением
ШЕВЦОВА
Галина Николаевна
г. Мариуполь
Донецкой области

«Пользительное» лекарство

Дорогая редакция!

Только теперь мы поняли, приобрета **люстру Чижевского** – этого домашнего врача, значительно выгоднее, экономнее, чем бегать, по аптекам и покупать различные аспирины, анальгины, эфидрины и прочие лекарства. Сэкономив при этом значительную часть денег, на которую можно приобрести люстру Чижевского.

Люстра намного выгоднее, удобнее, экономнее, как говорила моя бабушка «пользительнее» всех лекарств вместе взятых для всех.

У нас в семье были сильно больные, «средней тяжести» и более легкие. Благодаря люстре, все выздоровели, все забыли, что они когда-то были больны. А лечение одно: посидеть при включенном приборе часа 2-3. Мы это сделали, теперь – довольны. У нас нет вопросов касающихся здоровья.

Спасибо тебе, дорогая редакция, за пропаганду этого чуда.

С глубокой благодарностью

ПЕТРЕНКО Петра Мария
г. Чернигов

Вырежь и отнеси на почту

Ф. СП-1

КАТАЛОГ АГЕНТСТВА «РОСПЕЧАТЬ»

АБОНЕМЕНТ на газету журнал **79671**
(индекс издания)

«Самоисцеление и долголетие» Количество комплектов: 1

на год по месяцам:											
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

Куда (почтовый индекс) (адрес)

Кому (фамилия, инициалы)

ДОСТАВОЧНАЯ КАРТОЧКА
на газету журнал **79671**
(индекс издания)

«Самоисцеление и долголетие»

Стоимость подписки руб. коп. Количество комплектов: 1
перее- адресовки руб. коп.

на год по месяцам:											
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

Куда (почтовый индекс) (адрес)

Кому (фамилия, инициалы)

ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ

Наш анонс

Напоминаем, что вышел из печати спецвыпуск № 19 «СД» - (777 чудес света).

ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ:

- Какой болезнью можно заразиться, если вас невзначай укусит крыса.
- В чем заключается магия Луны, как она влияет на здоровье, взаимоотношения в семье, на службе и что конкретно нужно делать в каждый день лунного календаря.
- Кроме того, читатель побывает в гостях у черного колдуна, познакомится с его бытом, жизнью, работой.
- Тайны отца сатанизма.
- О мнимых врачах.
- Продолжаем публиковать письма читателей о святом источнике, где все исцеляются.

Сибирский бальзам здоровья

В литровую стеклянную банку насыпать 250 г кедровых орехов, засыпать их 250 г сахара и залить 250 мл водки. Наставить в течение недели, периодически взбалтывая. Слить жидкость, а оставшиеся орехи еще 2 раза заливать водкой и сливать, настояв, как и в первый раз. Все три порции смешать и пить по 1 столовой ложке 3 раза в день до еды в течение трех недель.

Встать пораньше

Одно из древнейших условий долголетия — рано ложиться и рано вставать. И уж ни в коем случае нельзя есть ночью. Употребляя пищу в ночные часы, вы сокращаете себе жизнь на 1 день. А если вы будете вставать с рассветом, да еще умудритесь любоваться восходом солнца, то вы продлите свою жизнь на 1 день.

ПРИЗЫ ПОДПИСЧИКАМ!

Традиционная медицина

Люстры

Чижевского

САМО ИСЦЕЛЕНИЕ
ДОЛГОЛЕТИЕ

Основана в 1994 году, выходит 2 раза в месяц

Подписной индекс

41332

Тел.: (0622) 55-56-11

БЕСПЛАТНЫЕ ЗАОЧНЫЕ КОНСУЛЬТАЦИИ

о здоровье,
бизнесе
в Центре
оздоровления
и трезвости

САМО ИСЦЕЛЕНИЕ
ДОЛГОЛЕТИЕ

Основана в 1994 году, выходит 2 раза в месяц

СПЕЦВЫПУСК

проверенные рецепты здоровья

777

Подписной индекс

23320

и не только!

Путевки на отдых

Любителям

играть в лотерею

- консультации

экстрасенса

газета для
ХОЗЯЕК

В 17-м номере «СД» мы опубликовали статью «Она исцелила меня одним взглядом», в которой рассказали о феномене Ангелины К-ской, останавливающей старение человека, помогающей вернуть молодость.

Вскоре в адрес редакции стала поступать корреспонденция. На 2-3 письма, полных скептицизма и сарказма, приходилось 6-7, содержащих просьбу сообщить адрес этой женщины. Увы! Извинившись заранее, редакция поясняет, что в силу сложившихся объективных причин опубликовать адрес целительницы мы не можем, хотя связь с ней не прерываем. Редакция продолжает принимать от читателей фото «на омоложение» в Донецке и Москве с последующей их зарядкой и возвращением читателю.

От вас: фото, конверт с обратным адресом, 4 марки, квитанция о денежном переводе. Стоимость: 4 грн или 20 руб.

Адреса для писем и переводов:
Украина — 83087,
Донецк, а/я 2314
КОЛЕСНИК
Ксении Станиславовне
Россия — 111141,
Москва, а/я 473
КРАСНОБЕЛЬМОВОЙ
Нине Борисовне

ПОЛЕЗНАЯ СТРАНИЧКА

КОНКУРС ДЛЯ ПОДПИСЧИКОВ УСЛОВИЯ

Участвуют читатели газеты, подписавшиеся не менее, чем на 6 месяцев.

1. Необходимо собрать отрывные талоны газет с №19 по № 24 за 2002 год (итого 6 штук.)

2. Заполнить произвольно клеточки ☐ ☐

ОТРЫВНОЙ ТАЛОН

№19

3. В двадцать четвертом номере будет опубликован **особый купон**, который необходимо в произвольном порядке заполнить, наклеить все отрывные талоны и выслать в редакцию по адресу: **83087, г. Донецк, а/я 2314 (в России - 111141, г. Москва, а/я 473, Краснобельмова Н.Б.)** вместе с копией квитанции о подписке.

4. Все победители будут награждены главным призом: **«ЛЮСТРОЙ ЧИЖЕВСКОГО»**.

Дорогие читатели!

Чтобы купить предлагаемые нами товары для здоровья, вам необходимо выслать почтовым переводом необходимую сумму по адресу: **83087, г. Донецк, а/я 2314, получатель - Колесник К. С.** На почтовом переводе указать: за что оплачено, сумма, обратный адрес и телефон. Ниже приводим таблицу цен.

Получение в течение	15 дней	40 дней
Цена		
1. Люстра Чижевского	480 грн.	400
2. Грязевые маски озера Чокрак	20 грн.	
3. Йод-актив	20 грн.	

Уважаемые наши читатели!

В адрес нашей редакции пришло более 10 тыс. писем с просьбой выслать газету с фотографией ясновидящего Владимира СОЛОМИНА. Отвечаем всем сразу: газеты мы не высылаем. Вы скажете, что она приносит удачу в делах и здоровье и вам необходимо, но... газету мы не имеем возможности высылать. Календарики с фотографией В. Соломина и его личным напутствием, а также счастливым числом именно для вас - пожалуйста.

ВСЕ УСЛУГИ ПЛАТНЫЕ

1. Фото с числом удачи на деньги - 15 грн - 300 руб.
2. Фото на выздоровление - 10 грн - 200 руб.
3. Фото на охрану дома - 20 грн - 400 руб.
4. Фото на защиту от сглаза, порчи, поражения энергетики - 20 грн - 400 руб.

Деньги перечислять по адресу:

В Украине: 83087, г. Донецк, а/я 2314, Колесник Ксении Станиславовне.

В России: 111141, г. Москва, а/я 473, Краснобельмовой Нине Борисовне.

ВНИМАНИЕ! В письмо не забудьте вложить конверт с обратным адресом. Марок должно быть две.

ПАРОЛЬ «НАСТРОИ НА ВЫЗДОРОВЛЕНИЕ»

Дата рождения

Имя

Пароль

ПАРОЛЬ «СНИЖЕНИЕ ИЗБЫТОЧНОГО ВЕСА»

Дата рождения

Имя

Пароль

ПАРОЛЬ «ДЛЯ ЖЕЛАЮЩИХ БРОСИТЬ ПИТЬ»

Дата рождения

Имя

Пароль

ПАРОЛЬ «ЛЮБОВЬ»

Дата рождения

Имя

Пароль

ПАРОЛЬ «СЧАСТЛИВОЕ ЧИСЛО»

Дата рождения

Имя

Пароль

ПАРОЛЬ «НА ДЕНЬГИ»

Дата рождения

Имя

Пароль

Слова-пароли - это фактор поддержки своего психометрического кредо в момент преодоления тех или иных препятствий в достижении успехов при движении к желанной цели.

Чтобы заработал пароль, он должен быть индивидуальным и его лучше четко астрологически и энергетически определить.

Мы можем помочь Вам в этом, если Вы вырежете вышеприведенный купон и вышлете на наш адрес вместе с почтовым переводом на 5 гривень за каждый пароль (в случае заказа трех паролей стоимость составит 12 грн, шести - 22 грн).

Для России: стоимость услуги - 25 руб. за каждый пароль (в случае заказа трех паролей стоимость составит 60 руб., шести - 110 руб.).

Льготы для подписчиков газеты: в Украине стоимость услуги 2 грн за каждый пароль (в случае заказа трех паролей стоимость составит 5 грн, шести - 10 грн). В России 15 руб. за каждый пароль или 25 руб. - за три пароля и 48 руб. за шесть паролей. Только не забудьте высылать также копию квитанции о подписке.

ДЕНЬГИ ПЕРЕВОДИТЬ ПО АДРЕСУ:

В Украине: 83087, г. Донецк, а/я 2314

КОЛЕСНИК Ксении Станиславовне

В России: 111141, г. Москва, а/я 473

КРАСНОБЕЛЬМОВОЙ Нине Борисовне

ВНИМАНИЕ! В письмо не забудьте вложить конверт обратным адресом. Марок должно быть две. Помните! Ваше личное благополучие находится только в Ваших руках, и, используя наши советы, достичь его не составляет особого труда!

АСТРОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОГНОЗ НА ВТОРУЮ ПОЛОВИНУ ОКТЯБРЯ

(Окончание.
Начало на 1-й стр.)

А теперь краткая астрологическая характеристика особенностей каждого дня данного периода

16 - Повышена эмоциональность, восприимчивость к чужим чувствам, а также плаксивость. Понимание будет строиться на уровне симпатии, а не логики. Спиртное противопоказано, особенно Ракам, Скорпионам и Рыбам. Нежелательны также закаливающие процедуры - большая вероятность простудиться при этом. Близнецы и Водолеи в первой половине дня могут рассчитывать на серьезные договоренности.

17 - Желательна осторожность в приеме седативных препаратов, алкоголя. Не стремитесь выпить слишком много жидкости - в этот день она скапливается в организме и приводит к отекам. День благоприятен для начала новых дел.

18 - В этот день нужно быть доброжелательным и милосердным, нельзя копить в себе злобу, недовольство и агрессию - все это впоследствии выльется в серьезные проблемы, в том числе и в плане здоровья. Очень хорошо посетить храм, исповедаться и причаститься.

19 - Остерегайтесь нервного переутомления, особенно Овны, Весы, Козероги и Раки (у Овнов возможны мигрени). По загадочным причинам, а чаще беспричинно в этот день, многих будет тянуть на вранье. Так что делайте для себя соответствующие выводы.

20 - Лучший день месяца для начинаний разного рода. Очень продуктивный день для Овна, Льва и Стрельца. Водным знакам, напротив, лучше сделать пердышку.

21 - Эмоции неустойчивы, силы иммунной системы несколько ослаблены. День крайне неблагоприятный для любых важных дел. День разгула нечистой силы, поэтому сегодня, как никогда, внутренние побуждения будут толкать вас на такие поступки, о которых впоследствии придется пожалеть. Ранее намеченные договоренности срываются или идут не по задуманному плану, поэтому заранее настройтесь на непредсказуемый ход событий в этот день, и вы значительно побережете себе нервную систему. От интимных отношений лучше воздержаться. Люди с неустойчивой психикой или нервной системой могут провоцировать в эти дни конфликты. Овну, чтобы себе не навредить, лучше держать язык за зубами.

22 - Слишком взбудоражены сегодня Тельцы и Скорпионы. Для решения денежных вопросов день не слишком благоприятен, особенно это ощутят Девы и Овны. О своем здоровье лучше позаботиться Львам и Водолеям, особенно в плане пищеварительной системы. Психологически сложный день, может навалиться депрессия. Более всех устойчивы в этот день Козероги.

23 - Травмоопасный день. Но в делах лучше трижды все взвесить, прежде чем принимать решения.

24 - Скорпионы, Близнецы и Тельцы

повышенную конфликтность. Визит к юристу и в судебные органы лучше отложить.

28 - Вещие сны. Хорошо сесть на оздоравливающую диету, только не голодайте. День не слишком благоприятствует общению, лучше его провести в кругу семьи.

29 - Львы смогут воплотить свои планы, но не стоит слишком полагаться на их слова. То же самое относится и к Водолею. Дело в том, что представители этих знаков на волне эмоций не смогут объективно оценить свои возможности.

СПОКОЙСТВИЕ. ТОЛЬКО СПОКОЙСТВИЕ

Данный период обещает быть наиболее насыщенным событиями для Весов и Скорпионов. Овны в эти дни скорее всего будут ощущать психологическое напряжение, им придется решать проблемы партнерства. Стабильность Тельцов может быть поколеблена, однако они смогут провести время в приятном общении.

20-е числа октября несут серьезные перемены: Львам - в сфере бизнеса, общения и любви; Весам - с друзьями и текущим общением; Стрельцы могут получить вести издалека, от друзей, возможно, их мысли будут заняты решением жизненно важных вопросов. Более спокойно данный период пройдет для Козерогов, Дев и Раков. Близнецы будут разрываться между противоположными тенденциями взбалмошности, безалаберности и серьезности. Водолеи, как никогда, испытают прилив творческой энергии, идеи будут изливаться у них как из рога изобилия.

сегодня «на коне», сегодня их день. Этот день благоприятен для поездок, общения, заключения договоров. Но не слишком доверяйте сказанному.

25 - День обещает много суеты, которая будет производиться со значительным видом. Особенно в этом преуспеют Близнецы и Стрельцы. Скорпионы ощутят прилив энергии.

26 - День коллективного сотрудничества, это смогут ощутить на себе многие. Можно положиться на друзей.

27 - Посвятите этот день домашним делам, общению со старшими родственниками. Сегодня снятся вещие сны. Раки будут переживать перепады настроения, им лучше находиться в привычной и комфортной для себя атмосфере. Для Весов и Овнов первая половина дня несет в себе

А Девы и Козероги более трезво, чем остальные, видят дальнейшие перспективы.

30 - Начало дел в этот день обещает стабильное завершение, если, конечно, этому не противоречат показатели личного гороскопа. Можете смело идти «на ковер» к начальству и просить о том, о чем давно не решались заговорить. Львы, Овны и Стрельцы сегодня особенно удачливы.

31 - Лучше всего в этот день себя смогут проявить Девы, Тельцы и Козероги. Педантичность и обязательность нынче в цене. Многие ощутят в себе желание навести порядок: в чувствах, в быту или даже в личной жизни.

Звездочет ВЕГА

В Украине: рег. уд. КВ 2847 от 3.10.97
Учредитель и главный редактор КОСТАНДА С. Я.

В России: рег. № 018633 от 25.03.99
Учредитель Мозжухина А.Н.
Издатель и редактор: Краснотельмова Н. Б.
111141, г. Москва а/я 473

E-mail: kostanda@mail.ru; iskra_ua@yahoo.com

<http://www.zona.com.ua/www/index.htm>

Главный редактор КОСТАНДА С.Я.

Отпечатано в "Типографии Михайлова"

Тел. (0-95) 787-94-14 г. Смоленск 3-1733

Тираж 16860 экз. Общий тираж 27000 экз.

Мнение авторов может не совпадать с мнением редакции. Перепечатка статей — с разрешения редакции.

Рукописи не возвращаются. Просьба: не использовать газету в хозяйственных целях.

Если она вам не нужна, подарите ее друзьям или соседям.

БАМО ИЩЕЛЕНІЕ ДА ОЛГОЛЕТІЕ

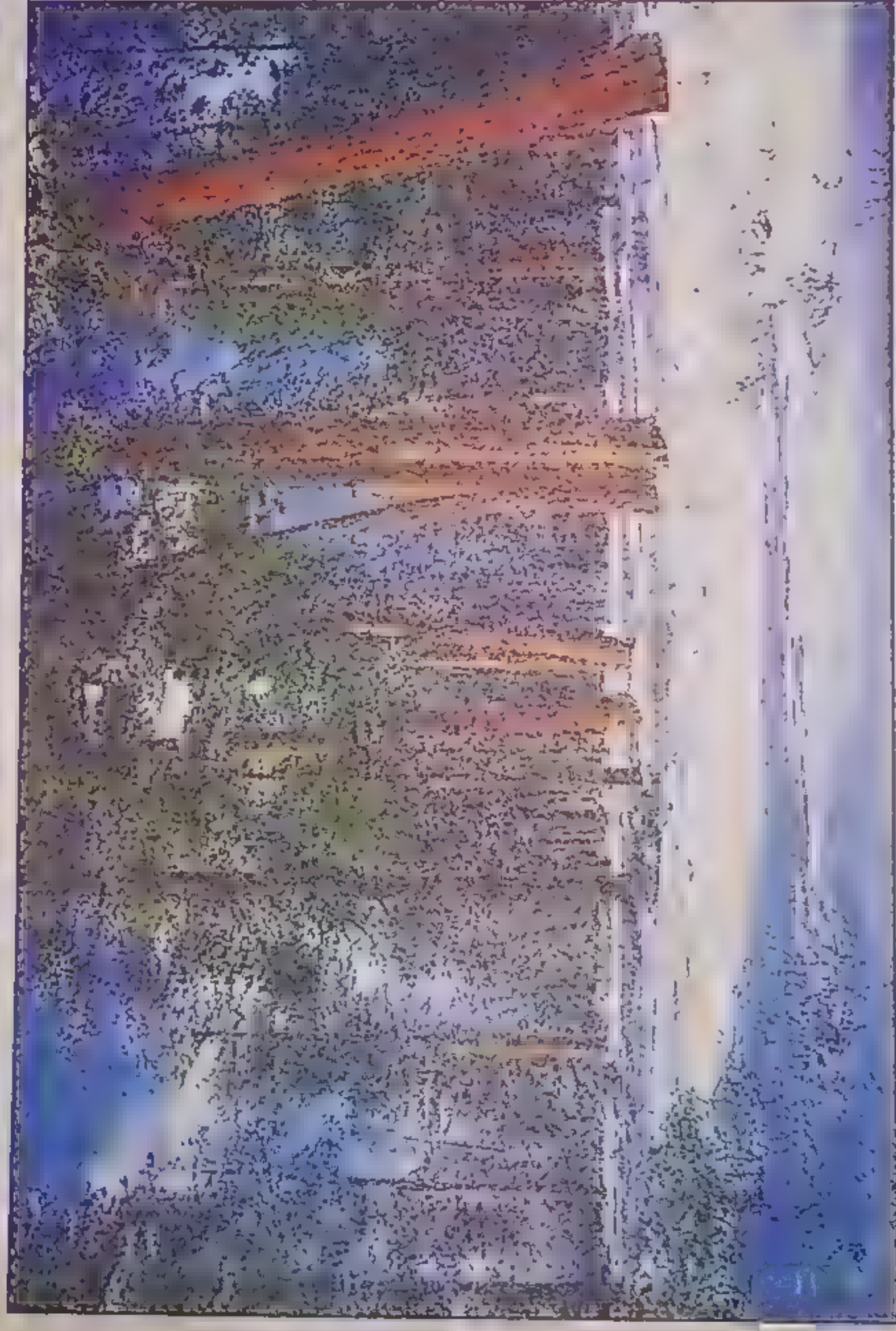
Основана в 1994 году, выходит 2 раза в месяц

Подписной индекс:

для Украины 41332
для России 25593
99243, 15602

РАК - ЭТО НЕ СМЕРТЕЛЬНО

Каждый выпивавший 120 лет
совет - прожить 120 лет



«КАПЛЯ-
КАПЕРИНА,
ГОСПОДИ,
СПАСИ,
ТЫ Ж
ЦАРИЦА
МИРА
И ВСЕЯ
РУСИ»

ХОТЬ ПОВЕРЬТЕ,
ХОТЬ ПРОВЕРЬТЕ, НО МОРКОВЬ
СИЛЬНЕЙ «КОЛТЕЙТА»

Докторская
под фразой

Сердце
и печень
мокрою печим

«...ЕСЛИ С ЧЕМ-ТО К ЖИРУГУ
ПРИДЕШЬ, БЕЗ ЧЕГО-ТО УЙДЕШЬ»

ПРИГЛАШЕНИЕ К ДИАЛОГУ

№ 23 (декабрь) 2002 год

В номере:

Приглашение к диалогу	2
Духовное исцеление Судьба - это урок	3
Полезные советы Соя - от головной боли	4
Помоги себе сам Холодные пальцы на руках и ногах	5
Архив долгожителей Как выглядеть на десять лет моложе	6
Здоровье в ваших руках Муркина благодарность	7
Переписка с читателями	8
Здоровье и питание Яблоко полны закрома	9
Чудо-травки Сабельник отсекает болезнь	10
Проблемы сезона Средство от ангины	11
Архив долгожителей Буду вечно молодым	12
«Скользящая» тема Как следует передвигаться в гололедицу	13
Помоги ближнему	14
Клуб феноменов Хозяйка «Золотого века»	16
Консультации специалиста Послеоперационные осложнения	18
Здоровье и красота Хотите иметь красивую грудь?	21
Паутина алкоголизма Детство на дне стакана	22
А что там, за бугром? Почему американский школьник стреляет в одноклассников	24
Переписка с читателями	25
Астрологический прогноз	26
Доктор Интернет	28
Обратная связь	29
Приглашаем к диалогу	30
Полезная страничка	31
Отовсюду понемногу	32

ДЕКАБРЬ — месяц самых коротких дней, самых длинных и темных вечеров. Но 23 декабря день станет длиннее на одну минуту, 26-го — на две, а 31-го — уже на целых пять минут. «Солнце — на лето, зима — на мороз» — так говорит об этом времени народная пословица.

Но ведь и у зимы — свои радости: санки, лыжи, коньки. Если вы еще не приготовили снаряжение для зимнего отдыха — поспешите! Научиться кататься на коньках можно в любом возрасте. Еще доступнее ходьба на лыжах — надо только соразмерять темп со своими возможностями. А для пешей прогулки по лесу или ближайшему парку вообще нет противопоказаний.

Приближается Новый год — веселый праздник с поздравлениями, подарками, сюрпризами. На прилавках магазинов появились елочные игрушки, такие яркие, сияющие, красивые, что просто глаза разбегаются! Но, может быть, стоит вспомнить старую традицию, когда задолго до Нового года взрослые вместе с детьми сами делали украшения для елки — звездочки, фонарики, гирлянды? Сколько удовольствия получают дети в эти часы, как развивается их фантазия, тренируются практические умения и навыки! Да и для взрослых эта работа станет приятным отдыхом.



Зимой почти всегда возникают вспышки гриппа, других респираторных инфекций. Врачи уверяют: заболеваемость можно резко снизить, если соблюдение мер профилактики станет непреложным правилом для всех. Повысилась температура, начался насморк, кашель — сразу же вызовите врача на дом. Максимально ограничьте общение со здоровыми людьми. Особенно оберегайте от контакта с больными маленькими детьми!

СУДЬБА - ЭТО УРОК

Судьба - это возможности. Возможности - это судьба, судьба есть приближение возможностей. Мы можем больше, чем мы знаем.

Судьба - это урок или порок, третьего не дано; рок становится для вас уроком или пороком. Корень один, да плоды разные.



Понтий Пилат имел такой же гороскоп, что и Иисус Христос, они родились в одно и то же время, но - бездна между ними. Из двоих сестер-близнецов - одна имела семеро детей, другая - семь абортот. Нет плохой или хорошей судьбы - есть человек, принимающий творчески или не принимающий свою судьбу, бегущий от нее в страхе или живущий с раскрытой душой, отвергающий ее от лени или приветствующий звоном щита. Тяжелая планида может быть и у гения, и у преступника, а счастливая судьба - и у великого учителя, и у великого мещанина. Все зависит от уровня развития человека, от того, как он воспримет свою судьбу, кто он сам. Судьба приходит к нам не с неба, а вырастает из нас самих: наших задатков и нашего сознания, что-то творящего с этими задатками.

Судьба - это аванс. Эту жизнь Бог дал вам в долг. Судьба - это талант: можно зарыть, продать, прокутить, растерять, пустить в рост, развить, воплотить, реализовать.

Наследственность, звезды, социальное положение, среда, обстоятельства и родители - все это лишь сырой материал в наших руках. Даже пороки - это уроки: дары, требу-

ющие особой работы садовода. Лучшее достоинство получается из худшего порока, поставленного на службу. Судьба - это то, что может окатиться возможным, а не то, что должно произойти.

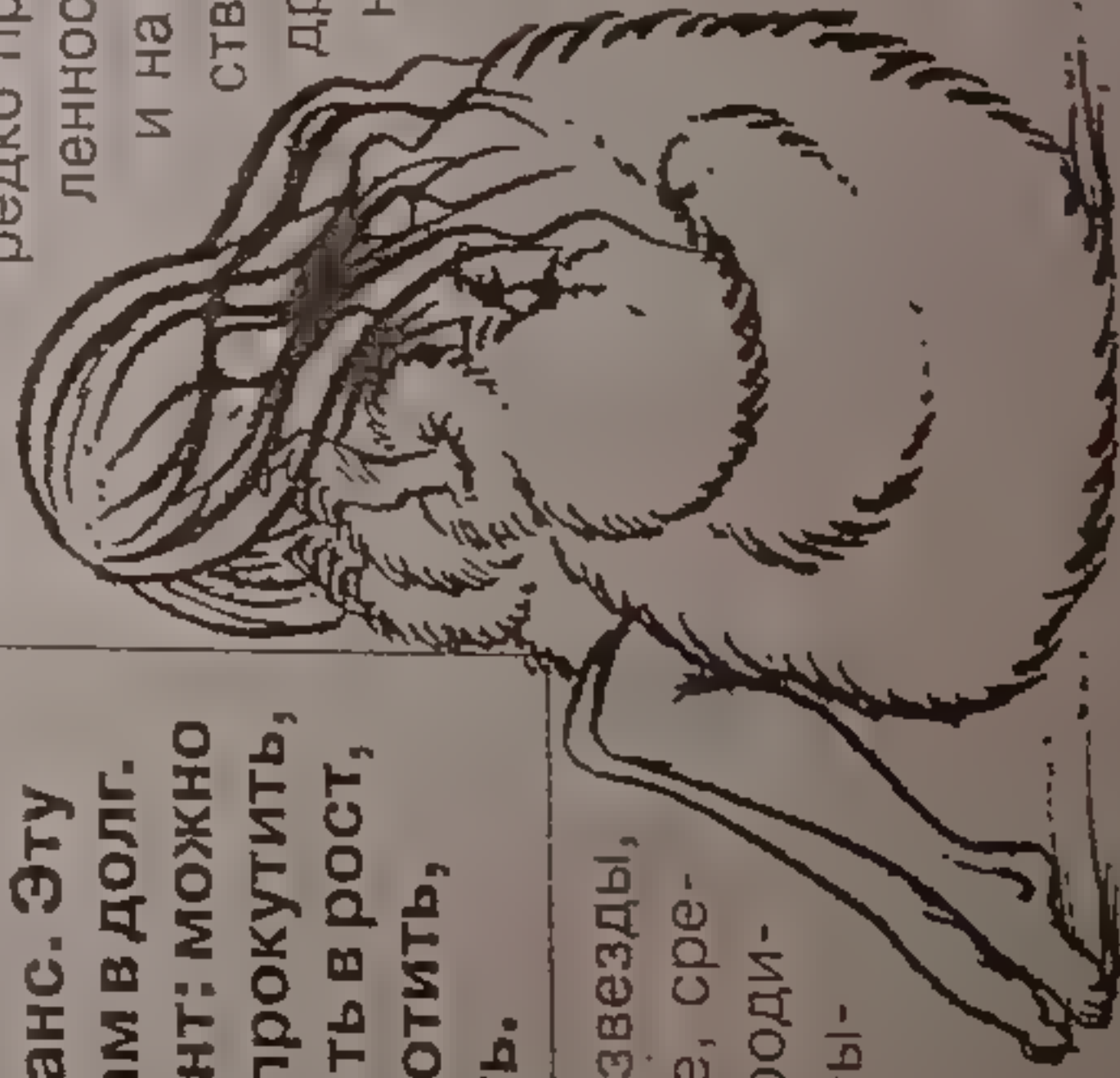
Важно не настоящее человека, а его будущее - его возможности и потенции; каким человек может быть и должен быть, а не какой есть; его перспектива и направление эволюции его сознания - вот где зарыта судьба. Имеет истинное значение не столько наша жизнь, сколько то, какой смысл мы в нее вкладываем, когда становимся частью этого вселенского, космического процесса, активным участником и творцом жизни... Из хорошей судьбы, хороших задатков - можно вытворить зло, а самый кошмарный фатум поставить на службу добру, во благо себе и людям.

Судьба - это данное нам испытание, причем выбранное нами самими. И надо использовать эти испытания для своего расцвета...

Оккультизм учит, что близнецы - это души, которые входят в одну материнскую утробу, не желая расставаться на том свете и в этом мире, потому что сильно любят друг друга. Тут и приходит к ним Божье испытание: многих близнецов разлучают еще в детстве, а для тех, кто живет вместе, не меньшим мучением становится их похожесть, что не-

редко приводит к озлобленности друг на друга и на весь мир. Единство и любовь друг к другу часто заслоняют человеку истинную любовь - любовь к Богу.

Поэтому зеркало называют дьяволом: мы любим свои отражения больше того, кто отражает. Вы



хотели общую судьбу? - у многих близнецов она почти зеркально идентична - получите, может быть, хоть это даст вам урок свободы от себя, своего отражения, своих побед и своей судьбы.

Мы отражаемся и в родителях, и в любимых, и в детях... Не зря считалось, что супруги должны быть похожи, как родственники, как брат и сестра, иначе им труднее ужиться. Ведь человек был когда-то единым, а потом разделился на близнецов - мужчину и женщину, которые теперь должны снова объединиться, найдя друг друга в безбрежном просторстве судьбы.

Узнавание близнецов - двух половинок единой Сверхдуши - и есть любовь, возвращающая нас к божественной полноте.

Том МОНТЕ

ПЕЧАТ ЛИ ХРАМЫ?

В Древней Греции храмы, построенные в честь бога врачевания Асклепия, были настоящими лечебницами. Больных отбирали после тщательного медицинского осмотра. Лечение начиналось с общения со священными животными. Под тихие звуки флейт из чаши выползали змеи. Священные собаки лизали раны и язвы пациентов. Здесь использовали массаж, купание, применялось и голодание. Можно говорить и о климатотерапии - храмы строили в живописных местах с прекрасным воздухом. Но главным для успешного лечения считалось чудесное сновидение, когда больному являлся сам бог Асклепий. Жрецы толковали сон и на этой основе назначали лекарства и процедуры.

Где нет справедливости, там нет счастья.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

МУТНЫЙ ПОЛЕЗНЕЙ ПРОЗРАЧНОГО

Многие диетологи считают, что стакана выпитого натошак свежеприготовленного сока вполне достаточно для поддержания витаминного баланса организма. Но пить его тоже нужно с умом. Вот правила приготовления и потребления соков.

1. Соки нужно пить не более чем через 10 минут после приготовления. Пить небольшими глотками, лучше через соломинку для коктейлей.

2. Лучшие соки - «мутные», в них больше составных частей исходного материала.

3. В любом составе овощных соков сок свеклы не должен превышать одной трети.

4. Овощи и фрукты следует нарезать непосредственно перед приготовлением сока.

5. Соки сливовый, абрикосовый, персиковый (то есть косточковых плодов) ни с какими другими соками смешивать нельзя.

6. К пресным сокам рекомендуется добавлять соки цитрусовых, кислых ягод, яблок.

7. Для приготовления соков используют только свежие овощи и фрукты.

8. Сок редиски, редьки, лука, хрена добавляется в составы в очень малых количествах.

Наиболее благоприятные смеси овощных соков:

- морковный + свекольный + яблочный;
- морковный + кислое молоко;
- яблочный + тыквенный;
- яблочный + тыквенный + грушевый.

СОЯ - ОТ ГОЛОВНОЙ БОЛИ

«Мне часто приходится слышать о пищевом продукте, именуемом соей. Знаю даже, что в некоторых случаях она по калорийности заменяет мясопродукты. В последнее время на рынках и в магазинах начали появляться соевые соусы. Покупал, пробовал - понравилось. Хотелось бы побольше узнать об этом продукте и его пищевой ценности».

В. А. Фунтиков,
г. Ижевск

Сою называют чудом XXI века - за содержащиеся в ней белки, целебное масло. По утверждению ученых, соевый белок очищает сосуды от холестерина, нормализует кровяное давление. В ней мало углеводов и много биологически активных веществ.

Соя помогает выжить в экологически загрязненных регионах. И, что очень ощутимо, насыщая организм медью, она избавляет от головной боли, помогает поддерживать тонус. Соя - пища-лекарство.

❖ Полстакана проросшей сои положите в кастрюлю с 2 стаканами мясного бульона. Когда покипит 40 минут, положите в бульон 100 г нашинкованной капусты, 50 г соевого творога и еще проварите, теперь уже все вместе, 10 минут. Высыпьте туда поджарку из лука, моркови и томата.

❖ Досыпайте в конце варки в обычный борщ соевые зерна, заранее сваренные отдельно и пропущенные через мясорубку.

❖ Пеките соевые оладьи с добавлением пшеничной муки (3:1). Дрожжи заправляйте, как в обычные оладьи. Соевые подходят в теплом месте 2-3 часа. Подавайте со сметаной.

❖ Отваренную сою (1 стакан)

разложите слоями вперемежку с поджаренными отдельно грибами с луком в порционные керамические горшочки. Залейте соевым майонезом и острым томатным соусом. Посыпьте зеленью и тертым сыром. Запекайте в духовке до готовности.

❖ Вкусны и полезны драники из сои! Смешайте полуфабрикат сои с протертым картофелем (в равных пропорциях). Специалисты-диетологи утверждают, что такое блюдо содержит в 20 раз больше белка, чем картофельные драники.

❖ Протрите 1 стакан отварной сои. Соедините ее с 1/3 картофельного пюре, солью (по вкусу). Поджарьте на масле луковицу и посыпьте этой поджаркой соевую кашу.

ПОМОГИ СЕБЕ САМ

ОТЛИЧНЫЕ СОВЕТЫ НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ

Феномен Рейно, или болезнь Рейно, развивается в тех случаях, когда доступ крови к пальцам на ногах и руках и другим частям тела сильно затруднен. В результате пальцы становятся ненормально холодными. Этим заболеванием страдает 10 процентов населения, причем две трети больных — молодые или средних лет женщины.

БОЛЕЗНЬ РЕЙНО: ХОЛОДНЫЕ

Если вам приходилось ощущать пощипывание и дрожь в пальцах после лыжной прогулки в недостаточно теплых варежках, вы должны знать, что это за состояние. Страдающие болезнью Рейно люди испытывают боль и онемение очень часто. В большинстве случаев симптомы возникают при переохлаждении или эмоциональном стрессе. И то и другое вызывает сжатие кровеносных сосудов. По словам Джозефа М.Гризанти, доктора медицины, клинического профессора медицины в госпитале Миллард Филлмор в Буффало, штат Нью-Йорк, приступ может продолжаться от минуты до нескольких часов и поразить один палец или все двадцать. Болезнь Рейно может также поражать и другие части тела: уши, нос, язык и соски.

Ученые связывают развитие этого заболевания с приемом определенных лекарств, в том числе и оральных контрацептивов. Помимо этого, болезнь Рейно может возникнуть как побочный эффект артрита, атеросклероза или анемии. Если вы страдаете этим недугом, вам могут помочь некоторые простые изменения образа жизни.

Избегайте стимулирующих веществ. Избегайте кофеина, никотина и антигистаминов. Все эти вещества способствуют сокращению кровеносных сосудов и могут, по мнению доктора Гризанти, увеличить как частоту, так и продолжительность приступов.

ПАЛЬЦЫ НА РУКАХ И НОГАХ

Избегайте вибрации. В 90 процентах случаев болезнь Рейно развивается у людей определенных профессий, в частности у плотников, строителей и каменщиков. Причина — в использовании инструментов, которые сильно вибрируют: отбойного молотка, электрической пилы, машин для разбивания и обтесывания камней. Все эти инструменты повреждают тонкие кровеносные сосуды пальцев и ладоней, препятствуя нормальному кровообращению в руках. Чтобы решить эту проблему, устраивайте перерывы в работе. В исключительных случаях может быть рекомендована смена работы.

Одевайтесь теплее. Конечно, причину возникновения болезни Рейно далеко не всегда можно легко выяснить. Многие больные не знают, что именно послужило причиной ухудшения, и отчаянно ищут облегчения. Вот три элементарных способа помочь себе.

* Открывая морозилку или дотрагиваясь до холодных предметов, надевайте перчатки.

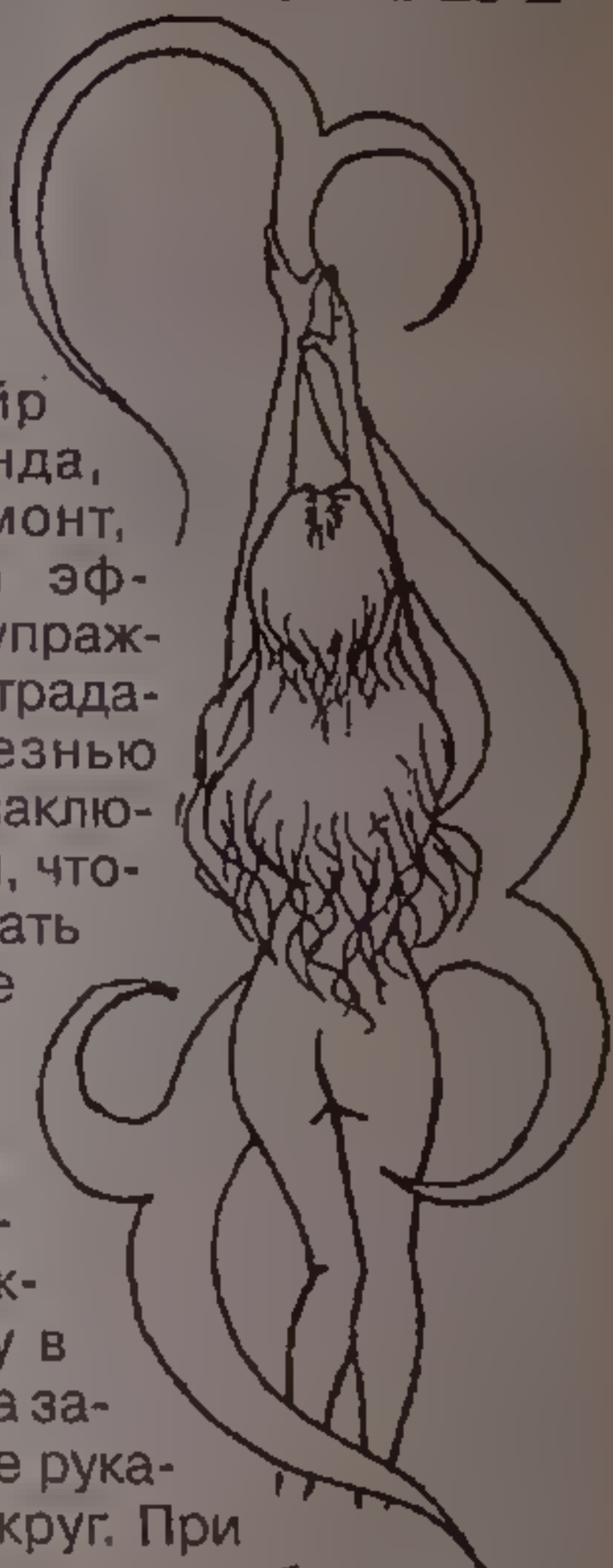
* Выходя из дома в холодную погоду, надевайте на себя несколько слоев теплой одежды.

* При использовании носков и перчаток с электрическим или химическим подогревом поворачивайте регулятор до предела.

Приучайте руки справляться с температурой. Другие способы борьбы с болезнью Рейно включают в себя приучение кровеносных сосудов рук оставаться открытыми даже в холодной среде. Мы предлагаем вам два метода, изложенные в «Гарвардском письме здоровья».

Сидя или стоя в холодном помещении, подержите руки в теплой воде. Если вы будете делать это по три-шесть раз через день в течение трех-четырех недель, вы приучите артерии пальцев оставаться открытыми даже тогда, когда тело охлаждается.

Попробуйте «качели». Доктор медицины Дональд Р.Макинтайр из Ратланда, штат Вермонт, разработал эффективное упражнение для страдающих болезнью Рейно. Оно заключается в том, чтобы раскачивать сцепленные руки. Соедините руки так, как будто вы отбиваете нижнюю подачу в волейболе, а затем опишите руками полный круг. При этом движении центробежная сила подгонит кровь к конечностям и к закрытым сосудам ладоней и пальцев, облегчив ваше состояние.



ПРИ РАСТЯЖЕНИИ СВЯЗОК

Берут мелко нарезанный лук, смешивают с сахаром, затем покрывают толстым слоем смеси марлю и накладывают на больное место.

Ешьте лук по вечерам - и вы обеспечите себе здоровый сон.

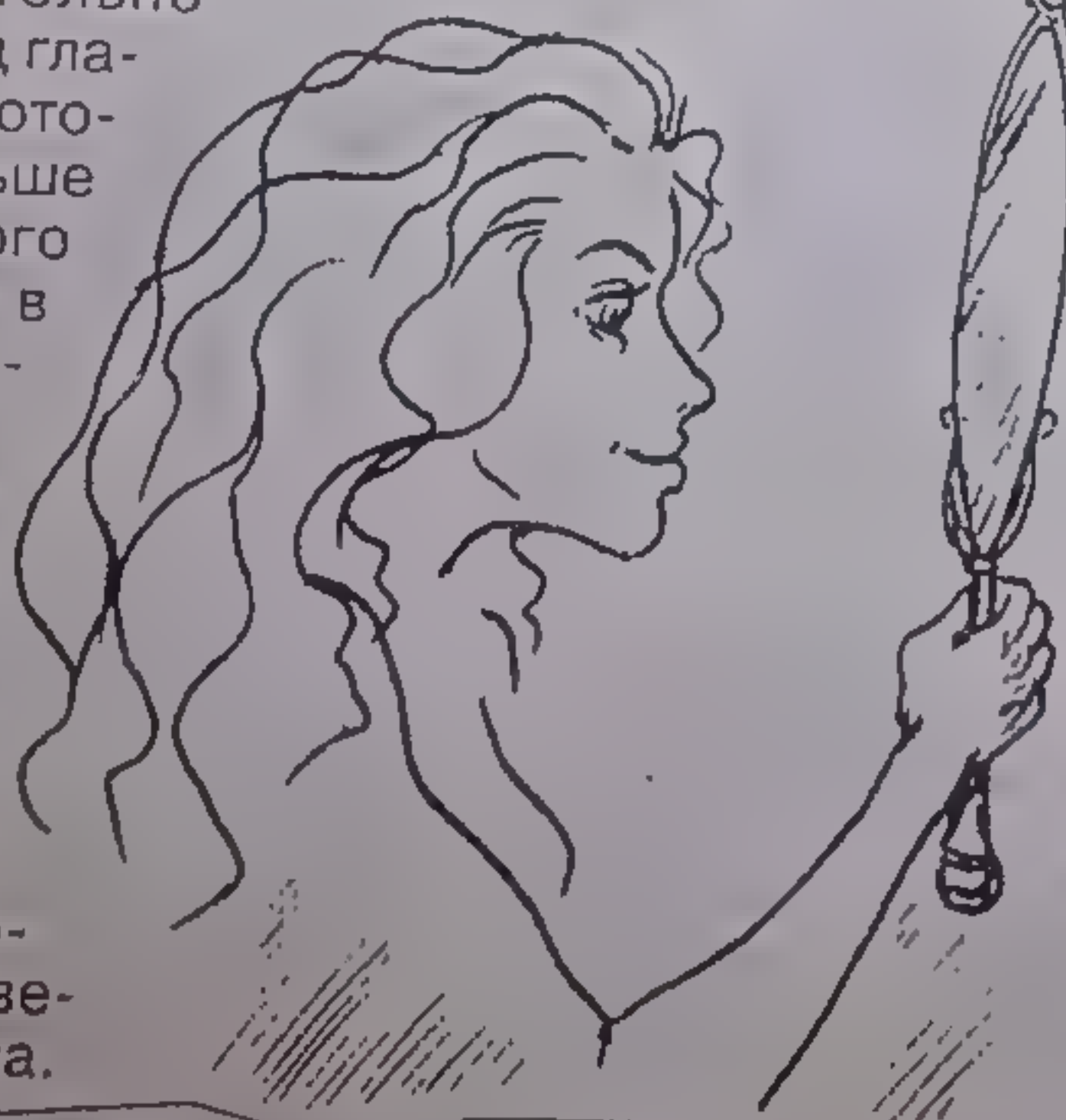
Что может быть неприятнее вопроса о том, не больны ли вы, в тот момент, когда вы чувствуете себя прекрасно? Те меры, которые мы предлагаем, помогут вам не выглядеть усталым и стареющим человеком и даже казаться моложе своих лет. Все эти советы имеют своей целью восстановление здорового и жизнеутверждающего внешнего облика. Хорошо выглядеть — это не вопрос тщеславия. Хорошо выглядеть — значит гораздо лучше себя чувствовать.

Как выглядеть на десять лет моложе

КАК ИЗБАВИТЬСЯ ОТ КРУГОВ И МЕШКОВ ПОД ГЛАЗАМИ

Усталость накладывает свой отпечаток прежде всего на тонкую кожу вокруг глаз. Отеки и круги под глазами накладывают на лицо печать старости. Есть люди, которые словно родились с тенденцией к этому.

«Многие люди могут предотвратить или значительно уменьшить отеки под глазами, особенно те, которые становятся больше по утрам из-за ночного удержания жидкости в организме», — говорит Фредрик Хаберман, доктор медицины, клинический медицинский инструктор в Медицинском колледже Альберта Эйнштейна в Нью-Йорке и автор книги «Горячая линия красоты». Вот несколько советов доктора Хабермана.



«Смойте» мешки под глазами. Если предыдущие меры вам не помогли, попробуйте несколько раз подряд плеснуть на лицо холодной водой. Это способствует улучшению кровообращения вокруг глаз.

Нетрадиционное использование чая в пакетиках. Лия Шорр, хозяйка «Салона ухода за кожей

Ли Шорр» в Нью-Йорке, советует залить четыре пакетика с чаем теплой водой и приложить их к глазам по два, легко похлопывая пальцами вокруг глаз от кости до линии ресниц.

ПИЩА ДЛЯ УМА

Если день начинается с пончиков и огромной кружки кофе, нет ничего удивительного в том, что остаток дня вы еле волочите ноги. Всем известно, что пища — это топливо, однако некоторые виды пищи в этом смысле лучше других.

Налегайте на комплексные углеводы. Из комплексных углеводов лучше всего есть цельные злаки: неочищенный рис, ячмень, просо и маис, хлеб из неразмолотой пшеницы, макароны и картофель.

Побольше питательных веществ. Нет, не таблеток в баночках, а витаминов и минеральных веществ, содержащихся в продуктах питания. Витамином С богаты цитрусовые и листовые овощи, витамином В — неочищенный рис и те же листовые овощи, калий и магний содержатся в бобах, картофеле, листовых овощах и фруктах.

Железо. Это необходимое минеральное вещество содержится в инжире, черносливе, изюме, бобах, листовых овощах, рыбе и мясе. Поскольку железо необходимо для деятельности переносящих кислород красных кровяных клеток, его недостаток может стать причиной утомляемости.

Избегайте пищевого жира. Жирные продукты, такие как жареный картофель, масло, жирные куски мяса, пирожные и другие десерты, могут поистине высосать из нас энергию. Сказанное относится и к избытку кофе и алкоголя.

Следите за потреблением сахара. Ограничьте потребление напитков и продуктов, богатых сахаром. «Большинство людей считают, что сахар повышает уровень энергии. Он действительно на некоторое время оказывает тонизирующее действие, однако это очень коварный продукт — через час-другой вы чувствуете себя опустошенным», — говорит доктор Тейер. — Мы сравнили эффект десятиминутной прогулки с энергетическим подъемом от карамельного батончика. Выяснилось, что через час у людей, съевших по батончику, было меньше энергии, чем у тех, кто совершил прогулку. Более того, у съевших конфеты возросло внутреннее напряжение».

Белок — генератор энергии. Доктор Поделл рекомендует днем еду, включающую в себя нежирный источник белка, например кусок индейки, тунца или нежирный йогурт. Полученный в середине утра белок может повысить уровень энергии и мозговой активности на остаток дня.

Измените позу. Чтобы во время сна жидкость не скапливалась вокруг глаз, спите на спине или подложите под голову несколько подушек. Кроме того, вы можете подложить под матрас в головках кровати две или три сложенные простыни, подняв таким образом голову.

Не аллергия ли это? Если вы спите на пуховой подушке и под пуховым одеялом, попробуйте поменять их.

ЗДОРОВЬЕ В ВАШИХ РУКАХ

«Прошу напечатать
полезный совет про-
фессора Платонова».

Разожмите РУКИ

Его надо знать всем. При эпилептическом припадке больной крепко сжимает кулаки. Надо их обязательно разжать и держать руки так, пока не откроются глаза. Приступ сразу же прекратится. Действенное средство, не однажды проверенное мною.

М. Зуевская

Муркина благодарность

У меня двое сыновей и дочь, много внуков, и все с детства любят собак и кошек. У них теперь свои собаки, а у старшего сына еще и кошка. «Меньших братьев»

ребята летом на речку водят купать, а зимой дома купают. Кормить и поить не забывают, и «младшие братья» им за эту заботу благодарят. Собачья шерсть (пух) быстро снимает боль в сердце, спине, ногах, ушах, зубную боль и прочее. Стоит приложить к больному месту выстеган-

ную шерсть - через несколько минут боль совсем исчезает. У нас у всех есть по 2-3 стеганки. Размеры от 7 до 20 см. Для сердца - 10-15 см, для спины - 12-20 см, для уха, зуба - 7-8 см.

Шерсть нужно стегать на ситцевой ткани. Стирки избегать, но если будет необходимо постирать, то только в теплой воде с мылом. В целлофановых пакетах не хранить.

В. Носков

Пока ноги не «загорелись»

Сердце должно качать кровь к ногам и рукам. У большинства людей плохая циркуляция крови, и поэтому у них холодные руки и ноги, иногда появляется даже онемение конечностей. Я могу предложить холодно-горячий метод стимуляции кровообращения.

Возьмите два таза и наполните один горячей водой с температурой 40°C или выше (если можете терпеть). Другой таз наполните очень холодной водой и бросьте в него несколько кусков льда. Встаньте в таз с горячей водой, а руки по локоть опустите в ледяную воду. Через две минуты повторите процедуру, но теперь уже ноги опустите в холодную воду, а руки - в горячую. Повторите эту процедуру пять раз, затем возьмите жесткое полотенце и разотрите ноги и руки, пока они не начнут гореть.

Т. Мартыновская

НАСТОЙ ИЗ ОВСА ЛУЧШЕ, ЧЕМ «УПСА»

Овсяный отвар - целебный напиток, известный со времен Гиппократов. Он-то и советовал пить отвар или настой овса вместо чая. Овес полезен при заболеваниях нервной системы, сердца, для улучшения состава крови и обмена веществ. Готовят настой так: неочищенные зерна овса (только не «Геркулес») размалывают в кофемолке, насыпают в термос и заливают кипятком из расчета одна столовая ложка на стакан кипятка. Через двенадцать часов настой процеживают и пьют.

Масло лаванды с вазелином хорошо помогает при ожогах.

«Что значит двурогая матка? Может ли женщина, у которой имеется такая матка, забеременеть и родить?»

*Р. Мезенцева,
г. Амвросиевка*

Двурогая матка

Двурогая матка — один из пороков развития, формирующийся на ранних стадиях эмбриогенеза, когда идет закладка половых органов. Причинами нарушения нормального развития: атки плода могут стать ранний токсикоз беременности, инфекционные заболевания, перенесенные беременной, а также интоксикации, вызванные алкоголем и никотином, если женщина, ожидающая ребенка, позволяет себе даже изредка пить спиртные напитки или курить.

В результате нарушения слияния так называемых мюллеровых ходов образуется двурогая матка. Она может быть с одной или двумя шейками, с неодинаково развитыми рогами или с рогом, не имеющим сообщения с каналом шейки.

По наблюдениям специалистов, у большинства женщин с таким пороком развития менструации и половая функция не нарушаются. Исключение составляет лишь тот случай, когда один из рогов матки не сообщается с каналом шейки. Из такого рога менструальная кровь не может свободно изливаться, и, когда она накапливается в нем, возникает сильная боль в низу живота, в паху. Если такой рог вовремя не удалить, может произойти его разрыв, угрожающий жизни. Вот почему надо обязательно обратиться к гинекологу, когда первые менструации проходят болезненно, долго не устанавливается менструальный цикл.

Распознавание двурогой матки в большинстве случаев не представляет трудностей. Оно осуществляется во время гинекологического осмотра, а также с помощью зондирования матки: при необходимости применяется ультразвуковое, рентгенологическое исследование.

Женщина, у которой выявлена двурогая матка, нуждается в постоянном наблюдении специалистов женской консультации. Тем более если она готовится стать матерью. Ведь беременность может развиваться в недоразвитом, рудиментарном роге. Если своевременно это не установить и не принять необходимые меры, на третьем-четвертом месяце беременности наступает его разрыв и возникает обильное внутрибрюшное кровотечение, требующее безотлагательного оперативного вмешательства.

Но даже когда беременность развивается в роге, сообщаемом с каналом шейки матки, она нередко заканчивается самопроизвольными выкидышами, преждевременными родами. И только соответствующее медикаментозное и физиотерапевтическое лечение, которое назначает врач, позволяет благополучно доносить беременность и в срок родить.

Бородавки

«Почему появляются бородавки и как от них избавиться?»

*С. Витлова,
г. Подольск*

Бородавки — весьма распространенные доброкачественные образования на коже, вызываемые вирусом. Заразиться можно от больного человека. Инкубационный период длится от трех до восьми месяцев.

Обыкновенные бородавки чаще бывают у детей и молодых людей. Это плотные, сухие, невоспаленные узелки размером от просяного до кукурузного зерна: они практически безболезненны.

Поверхность обыкновенной бородавки обычно покрыта бороздами, сосочками, отчего напоминает по виду малину или цветную капусту. Мелкие бородавки имеют цвет тела, крупные — грязно-серые, иногда они сливаются, образуя большие бляшки. Располагаются такие бородавки на тыльной стороне кисти, на пальцах рук, реже на лице или стопах.

В отличие от обыкновенных плоские бородавки почти не видны на коже. Это плотные узелки округлой формы с гладкой поверхностью размером от просяного зерна до чечевицы.

После 40—50 лет у некоторых людей появляются так называемые старческие (себорейные) бородавки, главным образом на висках, щеках, плечах, груди, спине. С вирусной инфекцией они не связаны. Старческие бородавки бывают плоскими и возвышающимися над кожей. Плоские имеют вид пятен величиной от мелкой горошины до ногтя, овальной формы с неправильными краями. Поверхность их сальная. А бородавки, возвышающиеся над кожей, имеют сходство с туловой ягодой, поскольку покрыты сосочками. Цвет старческих бородавок может быть и светло-серым, и грязновато-коричневым, и черным.

Бородавки, как правило, не причиняют беспокойства. Удаляют их исключительно в косметических целях.

А вот обыкновенные бородавки, расположенные на подошве, доставляют много неприятностей. Эти округлые или овальные плотные роговые образования желтовато-коричневого цвета возвышаются над кожей и по внешнему виду напоминают мозоль. И хотя их бывает немного, они вызывают резкую боль, кровоточат. Удаляет такие бородавки врач-косметолог или дерматолог.

Нельзя оставлять без внимания остроконечные кондиломы, которые располагаются преимущественно в уголках рта и на половых органах. Поверхность их гладкая, белесовато-розовая или ярко-красная, к коже они прикрепляются суженным в виде ножки основанием. При травмировании кондиломы кровоточат. Кроме того, разрастаясь, они могут достигнуть больших размеров и превратиться в многодольчатые опухолевидные образования. Поэтому остроконечные кондиломы следует удалять. Но ни в коем случае не самим! Это также сделает врач.

Яблоко полны закрома

Яблоки при гипертонии

Для профилактики гипертонии ежедневное потребление яблок должно составлять от 300 до 500 г.

На начальной стадии гипертонической болезни рекомендуется съедать по 1,5 кг свежих яблок в сутки. При этом улучшение наступает в 60% случаев.

Яблоки или яблочный сок помогают увеличить потребление кислоты, необходимой организму, а также калия, кальция и магния, недостаток которых в организме может привести к этому заболеванию.

Советуем хозяйкам вспомнить почти забытые на нашем столе гуся с яблоками, утку, фаршированную яблоками, рыбу с яблоками и луком, блины и вареники с яблоками, сырники с яблоками, запеканки. Яблоки подойдут практически в любые салаты.

* При гипертонических кризах на 1-2 дня желательно применить яблочную диету: 1,5 кг яблок на 5-6 приемов. На каждый прием очищают 2 яблока и натирают на терке. Таким образом, яблоки в эти дни становятся единственным продуктом питания.

Яблочный сок для похудения

Чтобы справиться с проблемой лишнего веса, желательно пройти курс лечения яблочным соком. В день необходимо пить 2 л яблочного сока, при этом можно есть все, а жидкость заменить яблочным соком. Курс продолжать 10 дней. Желательно пить свежий яблочный сок, приготовленный дома с помощью соковыжималки, и пить его сразу же, без хранения в холодильнике.

Салат от

атеросклероза

300 г свежих яблок в день помогают существенно снизить уровень концентрации холестерина в крови. Его повышенное содержание вызывает такое грозное заболевание, как атеросклероз. Яблоки — один из способов борьбы с ним. Причем их можно есть не только сырыми, но приготовить из них витаминные салаты. Приведем несколько рецептов.

1. Салат из яблок и тыквы. 3 кислых яблока, 200 г тыквы, 1/2 стакана желе из красной смородины.

Очищенные яблоки и тыкву натереть на крупной терке, заправить желе, все перемешать.

2. Салат из яблок и овсяных хлопьев. 2 столовые ложки с горкой овсяных хлопьев, 6 столовых ложек кипяченой холодной воды, 3 столовые ложки пастеризованного молока, 1 столовая ложка сахара, 1 крупное яблоко, сок 1 лимона.

Залить овсяные хлопья и оставить на час. Добавить молоко, сахар и яблоко вместе с кожурой, натертое на крупной терке. Перед подачей добавить в салат сок лимона. В состав салата входят минеральные соли, витамины группы В, витамин С и органические кислоты. Кроме того, сырые овсяные хлопья улучшают работу кишечника.

3. Салат из яблок, тыквы и хрена. 200 г яблок, 200 г тыквы, 20 г хрена, 1 морковь, лимонная кислота, сахар.

Яблоки и тыкву очистить и натереть на крупной терке, хрен — на мелкой. Добавить по вкусу сахар, лимонную кислоту и перемешать. Выложить в салатницу и украсить тертой морковью.

Лечебная каша

Яблочная каша в виде аппликаций и масок помогает при проблемах с кожей и ряде других заболеваний.

❖ Протертые и смешанные с жиром яблоки используют как наружное средство при трещинах сосков.

❖ При солнечных ожогах помогают компрессы из натертых или мелко нарезанных яблок.

❖ Для лечения конъюнктивита прикладывают к глазам кашу из сырого яблока в марле. При воспалении глаз к ним прикладывают тертое сырое яблоко или тампоны с яблочным соком.

Компотный день при избыточном весе

При избыточном весе рекомендуются компотные дни. Компот готовят из 150-200 г сухих яблок (без сахара!) Всего в сутки необходимо выпить 1,5 л компота.

Яблочные дни

Людам, страдающим хроническими расстройствами кишечника, нужно ввести в рацион яблочные дни, в которые съедать по 1,5-2 кг яблок в сыром или протертом виде. Яблоки можно заменить яблочным порошком, приготовленным из отжимок яблок. Порошок рекомендуется употреблять 3 раза в день по 1 столовой ложке перед едой в течение 2 недель.

Яблоки, сок и отвар из яблок полезны страдающим болезнями печени.

ПРИМЕНЕНИЕ САБЕЛЬНИКА

➔ При заболеваниях желудка, печени, почек, при высоком артериальном давлении, для заживления гнойных ран необходимо пить отвар корня. Принимают по 1 столовой ложке 3 раза в день после еды.

➔ При раке желудка, отложении солей, ревматизме, артрите, остеохондрозе, мастопатии, гинекологических заболеваниях принимается настой корня. 1 столовую ложку настоя развести в 50 мл воды и принимать за 30 минут до приема пищи 3 раза в день. Курс лечения 1-1,5 мес. Этим же настоем надо растирать больные суставы. В некоторых случаях одного курса бывает недостаточно. В начале лечения может быть обострение заболевания, что свидетельствует

Беда заставила меня три года назад столкнуться с сабельником болотным (декоп). Артрит тазобедренного сустава, ноги не ходят, инвалид в 40 лет. Что делать? Врачи бессильны. Я стал искать свое лекарство и нашел его не только для себя. Это скромное болотное растение с большой жизненной силой не только поставило меня на ноги, но и вылечило меня от заболевания желудка и печени, которое я заработал, пытаюсь вылечиться. С тех пор я занимаюсь сбором сабельника. И три года, думаю, достаточный срок, чтобы сделать выводы о целебных свойствах ДЕКОПА. Мне в этом также помогли письма ранее больных, а теперь практически здоровых людей, которые испробовали на себе лечебную силу этой травы.

САБЕЛЬНИК ОТСЕКАЕТ БОЛЕЗНЬ

ВЕРШКИ И КОРЕШКИ

Многие сейчас рассылают сбор сабельника, рекомендуя его как панацею от всех бед и не учитывая самого главного — времени сбора и необходимых частей растения применительно к заболеванию.

Начнем с вершков. Листья и стебли надо принимать только при заболеваниях дыхательных путей, туберкулезе, простудах, ОРЗ, катаре, бронхите. Отвар листьев — очень эффективное средство при этих заболеваниях, а наиболее эффективен весенний сбор, когда листочки еще не развернулись. Отвар таких макушек буквально за ночь ставит на ноги после самой сильной простуды, активно борется с любыми воспалительными процессами в легких и бронхах.

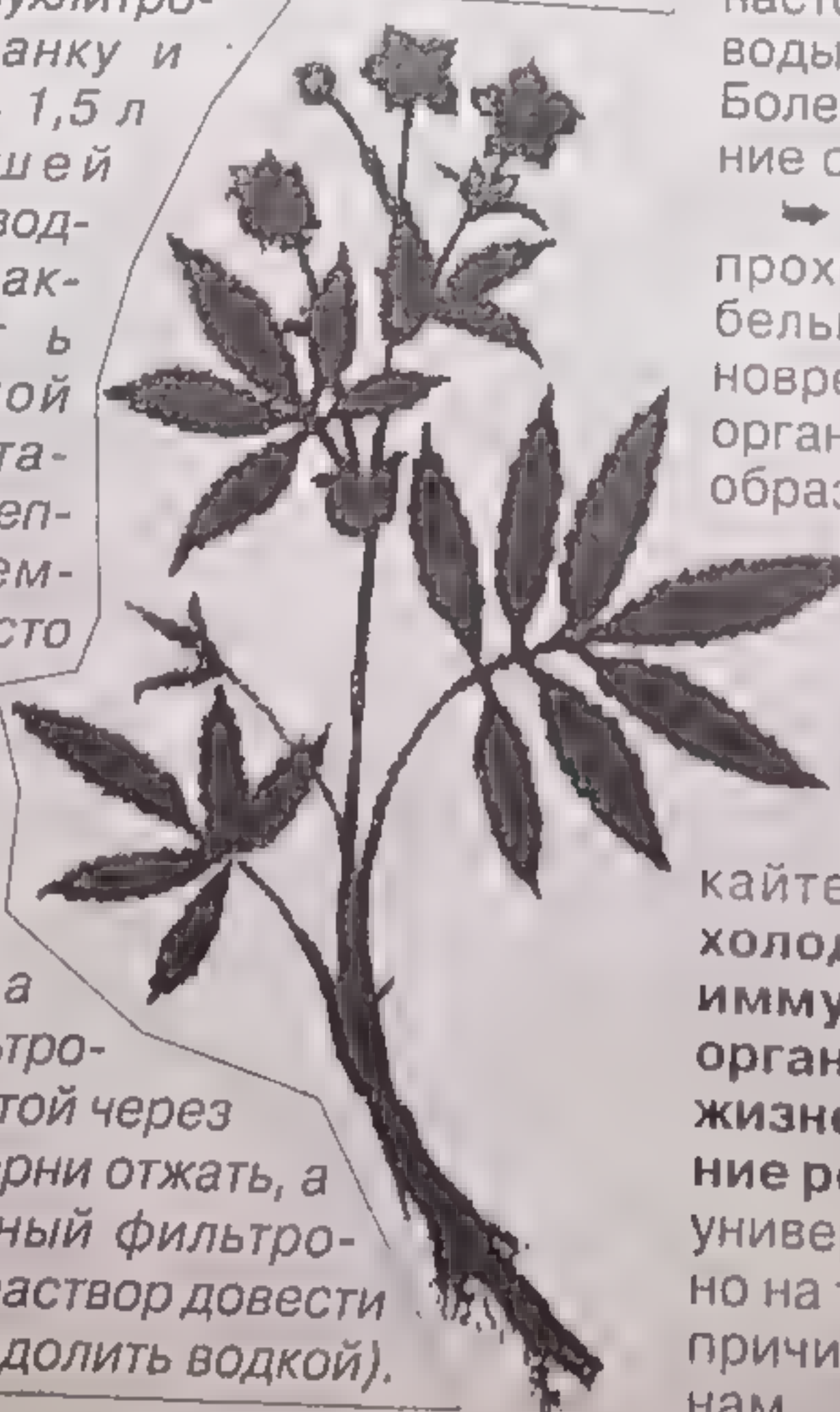
Корни же, собранные в летний период, лекарственного значения не имеют. Сбор корня нужно производить либо ранней весной до появления первых почек или поздней осенью, когда происходит отмирание листьев. При заболевании желудка (гастрит, эрозия, язва), печени, почек, десен, для заживления гнойных ран, при высоком артериальном давлении необходимо пить отвар корня.

МЫ ЧАСТО ПРОХОДИМ МИМО СВОЕГО СПАСЕНИЯ, ИЩЕМ КАКИЕ-ТО РЕДКИЕ ЛЕКАРСТВА, ЗАБЫВАЯ О ПРОТЯНУТОЙ РУКЕ ПОМОЩИ ПРИРОДЫ

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ОТВАРА И НАСТОЯ

ОТВАР: 5 г корня (столовая ложка) заливают 1 стаканом горячей воды, кипятят в закрытой эмалированной посуде на водяной бане 30 минут. Готовый отвар процеживают горячим и доводят объем до исходного.

НАСТОЙ: засыпать 100 г корня в двухлитровую банку и залить 1,5 л хорошей (40%) водки, закрыть крышкой и поставить в теплое темное место на 21 день. По истечении срока профильтровать настой через ткань, корни отжать, а полученный фильтрованный раствор довести до 1,5 л (долить водкой).



ет о том, что организм начал бороться. Прием не прекращать. В очень редких случаях возникает аллергия.

➔ Для лечения лимфогранулематоза можно применять сабельник так: 100 г сухих корней в темной бутылке заливают 0,5 л водки, плотно закрывают пробкой и настаивают 8 дней, изредка взбалтывая. Затем процеживают. Пьют 3 раза в день по 30 капель на полстакана воды, до еды.

➔ При раке прямой кишки 50 капель настоя добавить в 0,5 л теплой кипяченой воды, сделать клизму и держать 20 минут. Более эффективно одновременное лечение сабельником и морозником.

➔ Если вы, страдая остеохондрозом, проходите лечение настоем корня сабельника (пьете, растираетесь), то одновременно к концу курса вы выведете из организма соли, заблокируете рост новообразований, прочистите кровь и омоложите организм. Сабельник сам найдет болезненные кризисные места вашего организма и сразу приступит к их лечению, проведя параллельно курс лечения других органов. Зовите сабельник и отсекайте болезнь! Эта теплая трава из холодных болот, являясь мощнейшим иммуностимулятором, заставит ваш организм встряхнуться от вялотекущей жизнедеятельности, призвать внутренние резервы на борьбу с болезнью. Это универсальное средство действует именно на то зло, с которым надо бороться, не причиняя вреда другим здоровым органам.

ПРОБЛЕМЫ СЕЗОНА

СРЕДСТВО ОТ АНГИНЫ, ЭНТЕРИИ, СКАРЛАТИНЫ

ПРОСТО И НАДЕЖНО

Кто не знает, как неприятно, когда болит горло. Свет не мил. Особенно плохо, когда боль сопровождается высокой температурой, гноиками, опуханием горла. Для лечения ангины в России издавна пользовались простым и надежным способом. Делается трехпроцентный теплый раствор лимонной кислоты, которым полощут горло через каждый час в течение дня. Если это сделать с самого начала болезни, то, как правило, к концу первого дня вы почувствуете себя почти здоровым. Если ангина застарелая, то на лечение ее таким способом нужно два дня.

В начале болезни хороший эффект дает полоскание горла теплым щелочным раствором (чайная ложка пищевой соды на стакан кипяченой воды) 4-5 раз в день, а также питье теплого молока (можно разбавить его минеральной водой без газа) или свежего сока лука (по одной ч.л. 3-4 раза в день).

Рекомендуется наложить на шею согревающую повязку или компресс. Раствором для него могут послужить 1 ч.л. уксуса, разведенная в 0,5 л воды, подогретое растительное масло, водка, разбавленный наполовину спирт, а также просто теплая вода. Компресс делается так: обмотав шею увлажненной (одним из указанных растворов) и отжатой тканью (льняное полотно), поверх ее кладут вощеную бумагу, потом слой ваты (мягкий шерстяной шарфик) и закрепляют бинтом или косынкой. Продолжительность компресса - до двух часов.

Для ингаляций можно использовать картофель (лучше брать мелкий, годится с ростками и даже картофельные очистки). Его следует тщательно вымыть и варить в небольшом количестве воды, чтобы пар шел от картофеля, а не от воды, до появления типичного картофельного запаха (можно добавить две таблетки валидола). Накрывшись с головой, наклониться над кастрюлей так, чтобы пар попадал на лицо, и вдыхать его носом и ртом в течение 10-15 минут. После ингаляции надо сразу лечь в постель. Если воспалительные процессы протекают особенно остро,

Эти болезни тяжело переносят и взрослые, и дети. Простейший способ, которым пользовались наши предки, - это трехпроцентный раствор лимонной кислоты. Раствором нужно полоскать горло каждый час в течение дня. Хорошо помогает при любых заболеваниях горла, особенно в начальной стадии. Если такого раствора нет, то ежедневно больному дают по 2-3 дольки лимона пососать. Держать возле самого горла, а затем проглотить. Так делают, пока не станет легче.

можно делать ингаляцию утром и вечером.

В народной медицине при простуде иногда применяется горячая вода (три части), разбавленная очищенным (профильтрованным) через промокательную бумагу, вату) керосином (одна часть). Полученная смесь тщательно взбалтывается и применяется для полоскания горла утром и вечером. Можно очищенным (светлым) керосином смазывать миндалины 5 раз в день в течение двух дней.

Народные лекари использовали для полоскания при ангилах:

- густой отвар черники обыкновенной (100 г сухих плодов залить 0,5 л воды, кипятить, пока количество воды не уменьшится до 0,3 л);

- настой листьев шалфея лекарственного, собранных с верхушками стеблей во время цветения (4 ч.л. измельченных листьев заварить двумя стаканами кипятка, настоять 30 минут, процедить);

- 1-2 столовые ложки высушенных цветков ромашки лекарственной залить двумя стаканами горячей воды, кипятить 10-15 минут на водяной бане, охладить, процедить и добавить 1-2 ч.л. меда.

Горячие ножные ванны: налить в глубокий таз (ведро) воду температуры 40-42°C. Сесть и опустить ноги в таз на 15-20 минут. По мере остывания воды подливают горячую. Для

усиления действия ножных ванн можно добавить в воду 1-2 ст.л. сухой горчицы. После процедуры нужно насухо вытереть ноги, надеть шерстяные носки и лечь в постель, укрывшись одеялом.

При хроническом тонзиллите (у маленьких детей) смазывать небные миндалины соком алоэ, смешанным с натуральным медом в соотношении 1:3 ежедневно на протяжении двух недель, а в последующие две недели смазывать через день. Эту процедуру рекомендуется проводить натошак.



ПРИМОЧКИ ДЛЯ ПОДМЫШЕК

«У меня большая проблема - очень потеют подмышки. Это доставляет неприятности и мне, и окружающим. Что делать?»

Е. Курдюкова

При сильной потливости под мышками полезно в течение 10-15 дней делать попеременно контрастные примочки. Для этого утром и вечером прикладывайте к подмышечным впадинам на 5 мин сначала горячую, а потом, тоже на 5 мин, холодную примочку.

Бессолевая диета полезна не только для вашей фигуры, но и для здоровья.

АРХИВ ДОЛГОЖИТЕЛЕЙ

Американский институт общественного здоровья, желая постичь секреты долголетия, исследовал и протестировал в Соединенных Штатах 5 тысяч человек, доживших до 100 лет. Были изучены все общие для этих старых людей факторы. Выяснилось, что они вели скромную жизнь, не переедали, однако были среди них и любители поесть, которые испытывали голод и ели ночью. Некоторые из них имели по 15 детей и 17 внуков, другие жили монахами.

Многие воздерживались от спиртного, но были исключения — некоторые ежедневно выпивали бутылку вина.

Только через некоторое время ученые обнаружили один момент, объединяющий всех опрошенных: заявили, что, по меньшей мере один раз в день они сильно потели во время быстрой ходьбы, бега, рубки дров, танца или, занимаясь любовью. Было установлено определенное правило, рекомендуемое хотя бы раз в день пропотеть, хотя бы один раз в день испытать настоящий голод, хотя бы раз утомиться.

Движение заставляет тело энергично.

Текущая энергия высвобождает блокировки в теле, в голове, в сердце, что приносит радость и силы. Хорошее настроение способствует здоровью и сохраняет его в теле, в психике, в душе.

Неподвижность — суть смерти, движение — суть жизни.

ДЕСЯТЬ ЗАПОВЕДЕЙ ВЕЧНОЙ МОЛОДОСТИ

Хотя человеку генетически «гарантированы» 120 лет жизни, однако на самом деле наш век значительно короче. Группой врачей, психологов и диетологов разработано «десять заповедей», следуя которым мы сумеем несколько продлить и сделать более приятным наше земное существование.

1-я заповедь: Не объедайтесь! Вместо 2500 калорий довольствуйтесь 1500. Тем самым вы устроите разгрузку своим клеткам и поддержите их активность. Питайтесь сбалансированно: ешьте не много, но и не слишком мало.

БУДУ ВЕЧНО МОЛОДЫМ...

2-я заповедь: Меню должно соответствовать возрасту.

Каждый возраст нуждается в различном питании. У тридцатилетних женщин первые морщинки появляются позднее, если они регулярно будут есть печень и орехи. Людям старше 40 лет полезен бета-каротин. После 50 лет кальций в форме кости, а магний — сердце.

Мужчинам старше 40 лет необходим селен, содержащийся в сыре и почках. Он способствует снятию стресса. После 50 лет питаясь рыбой, мы защитим сердце и кровеносные сосуды.

3-я заповедь: Попытайтесь найти подходящую работу!

Тот, кто не работает, выглядит на 5 лет старше. Некоторые профессии помогают сохранить молодость. Это профессии дирижера, философа, художника и священника.

4-я заповедь: Найдите себе пару.

Дважды в неделю занимайтесь сексом: человек выглядит на 14 лет моложе! Во время сексуального акта в организме вырабатывается гормон эндорфин, который называют гормоном счастья. Он способствует укреплению иммунной системы.

5-я заповедь: Имейте на всю собственную точку зрения.

Осознанно живущий человек значительно реже попадает в депрессию, чем тот, кто пассивно приветствует течение.

6-я заповедь: Двигайтесь!

Движение — залог здоровья. Спорт — это не только игра.

В процессе движения высвобождаются гормоны роста, выработка которых особенно сокращается после 30 лет.

7-я заповедь: Спице в прохладном помещении!

Доказано: кто спит при температуре 17-18 градусов, дольше остается молодым. Причина заключается в том, что обмен веществ в организме и проявления возрастных особенностей зависят также от температуры окружающей среды.

8-я заповедь: Время от времени балуйте себя!

Не нужно слишком изнурять себя. Время от времени балуйте себя лакомым кусочком, введите в рацион шоколад, фрукты, цветы или просто купите себе что-нибудь приятное.

9-я заповедь: Не следует подавлять в себе гнев.

Тот, кто постоянно подавляет в себе гнев, быстрее стареет. Гнев — это естественная реакция организма на негативные события. Не подавляйте его, а выражайте. Гнев — это энергия, которая может быть использована для достижения целей.

10-я заповедь: Тренируйте свой мозг!

Время от времени занимайтесь интеллектуальными играми, требующими длительной концентрации. Это может быть чтение, решение головоломок, игра в шахматы. Тренировка мозга способствует замедлению старения.



Мадам СОФЬЯ

«СКОЛЬЗКАЯ» ТЕМА

Как следует передвигаться в гололедицу

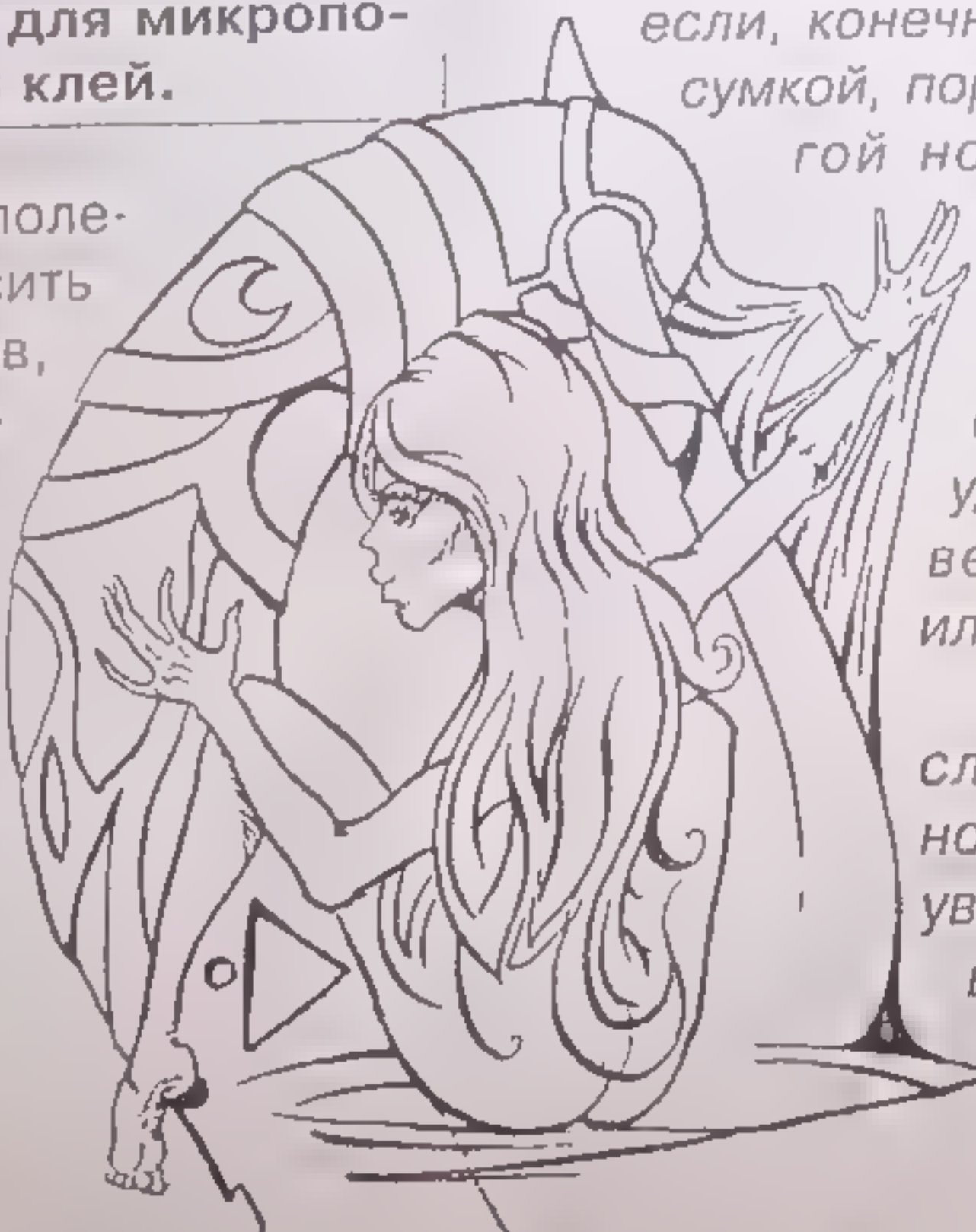
Сначала несколько слов об обуви. Как известно, чем жестче подошва, тем скорее можно поскользнуться, потеряв равновесие, упасть и получить травму. Поэтому в гололедицу желательно пользоваться обувью на относительно мягкой подошве – резиновой, микропористой, каучуковой и из других подобных материалов. И, естественно, не ходить, по возможности, в туфлях и ботинках на кожаной, т.е. жесткой подошве.

ЕСЛИ ЖЕ ТАКОЙ ВОЗМОЖНОСТИ НЕТ, ПОПРОБУЙТЕ ВОСПОЛЬЗОВАТЬСЯ СЛЕДУЮЩИМИ «ПРОТИВОГОЛОЛЕДНЫМИ» ПРИСПОСОБЛЕНИЯМИ

* Кусок войлока, вырезанный из голенища старого валенка и наклеенный на каблук, дает возможность устойчиво ходить даже по чистому льду; можно на каблуки наклеивать и рифленые резинки от лыж;

* Можно нанести на подошву обуви (предварительно высушенную и обезжиренную) клей, смешанный с песком. Клей непременно должен соответствовать материалу подошвы, например для микропорок – резиновый клей.

Учтите, что в гололедицу безопасно носить обувь без каблуков, на сплошной подошве, лучше рифленной. Если же задняя часть подошвы или каблука сильно сношена, то такую обувь нужно обязательно отремонтировать, так как на скользкой поверхности возрастает риск падения на-



Известно, что из-за гололедицы каждую зиму страдают тысячи людей. Несмотря на громадный экономический ущерб, огромные беды, причиняемые несчастными случаями в связи с гололедицей, решение этой проблемы до сих пор не сдвигается с места. Конечно, многое зависит от городских служб. Но, как говорится, на Бога надейся... Поэтому предлагаем вашему вниманию несколько советов о том, как следует передвигаться в гололедицу.

взникать, а это очень опасно.

После того как поговорили об обуви, несколько советов относительно безопасности передвижения в гололедицу.

Прежде всего учтите, что причина более половины всех несчастных случаев и травм – в нас самих. Это – невнимательность, пренебрежение опасностью, вечная спешка, а нередко и отсутствие элементарных знаний и навыков.

ПОЭТОМУ ДАВАЙТЕ ВОСПОЛНИМ ЭТОТ ПРОБЕЛ И ЗАПОМНИМ РЯД НЕСЛОЖНЫХ РЕКОМЕНДАЦИЙ:

1. Приблизившись к опасному, т.е. скользкому, участку, нужно резко снизить темп ходьбы, если даже перед вами уходит нужный вам автобус, троллейбус или трамвай.

2. Выньте руки из карманов, если, конечно, они не заняты сумкой, портфелем или другой ношей. Это – для того, чтобы при неожиданном падении успеть амортизировать удар о ледяную поверхность локтем или плечом.

3. При ходьбе слегка расставьте ноги в стороны для увеличения устойчивости, немного наклоните корпус вперед и чуть ослабьте ноги в ко-

ленях (как бы присядьте), чтобы быть готовым к неожиданному падению.

4. Передвигайте ноги как бы скользя, как при ходьбе на лыжах, старайтесь ступать на всю подошву, для большей опоры, и не пересекайте неровности на носках или на пятках, так как при этом риск падения и травмы значительно возрастает.

И ПОСЛЕДНЕЕ. Пожилым людям в гололедицу лучше воспользоваться тростью или палкой с шероховатой резиновой насадкой на конце.

Шансов не упасть будет больше.

Мадам Софья

ГОРЬКАЯ НАСТОЙКА

«У меня обнаружили лямблиоз печени. Хочу полечиться народными средствами. Есть ли такие?»

Л. Гершин

Попробуйте попить такую смесь: 25 г кашицы чеснока, 25 г кашицы хрена и 0,5 л водки настоять в темном месте 10 дней, периодически встряхивая содержимое. Процедите и отожмите остатки кашицы. Принимайте настой по 1 ст. ложке, запивая глотком воды, 2-3 раза в день за 30 мин до еды.

Важно знать не то, что есть, а то, что полезно.

ПОМОГИ БЛИЖНЕМУ

КОФЕ ОТ ГРИБКА НА НОГТЯХ

«Появился грибок на ногтях рук. Даже не представляю, где я могла им заразиться. Что нужно делать при таком заболевании?»

О. Сукова

Есть очень простое, но достаточно эффективное средство. Сварите крепкий натуральный кофе и несколько раз погрузите руки в настой, стараясь не взбалтывать осадок. Подержите немного, затем ополосните. Такую процедуру можно проделывать прямо на рабочем месте. Если через неделю улучшения не будет, обязательно обратитесь к врачу.

ЕСЛИ В ЖЕЛУДКЕ ПОЛИПЫ

«У меня в желудке нашли маленькие полипы. Я спросил у врача, какое лечение надо проводить, но мне ничего не посоветовали, кроме операции. А как лечат полипы народными средствами?»

И. Кудинов

Приготовьте настой. Для этого возьмите: чистотел (трава) - 3 части, календула (цветы) - 2 части, таволга (цветы) - 3 части, зверобой (трава) - 2 части, бодяга - 1 часть, репашок (трава) - 2 части.

Столовую ложку смеси залейте 300 мл кипятка, настаивайте 6 часов, потом процедите. Принимайте по 1/3 стакана 3 раза в день. Сделайте 4 курса по 5 дней с перерывом в 3-5 дней.

Еще один рецепт: сухую траву чистотела заварите, как чай. Пейте сначала по 1 чайной ложке за 15-30 минут до еды и постепенно доведите прием до 1 столовой ложки. Срок лечения - 2 месяца с перерывом в 5-7 дней после месяца лечения.

Все письма, приходящие в адрес редакции, я условно разделю на две основные категории:

- послания, в которых корреспонденты просят опубликовать рецепт от той или иной болезни;
- письма от граждан, желающих искренне и бескорыстно поделиться своими знаниями в области народной и традиционной медицины. Такие письма для нас всегда желанны, ибо они содержат как бы концентрированный народный опыт в борьбе с разного рода недугами.

Мы предлагаем читателям ознакомиться с выдержками лишь из небольшого количества таких писем и по возможности (или необходимости) самим включиться в редакционную переписку.

Валерий ВЕСЕЛОВ

«У меня увеличена щитовидка. Подскажите, что делать?»

Т. Ожененко,
г. Одесса

«На Севере этим недугом страдают многие. Не минула эта участь и меня. Умные люди посоветовали натирать на мелкой терке лимон с кожурой и смешивать с сахаром. Есть 3 раза в день по чайной ложке. Мне это средство помогло от увеличенной щитовидки, думаю, поможет и другим.

М. Гальченко,
г. Мурманск».

«Мне известно, что многие граждане страдают от катаракты. Подскажу рецепт, который помог излечиться лично мне. Промойте картофельные ростки, высушите и порежьте. Залейте водкой из расчета 1 столовая ложка ростков на стакан. Настаивайте 4 дня, процедите и пейте по десертной ложке трижды в день перед едой. Если через 2-3 месяца после начала лечения начнется слезоотделение, а слеза будет липкой и густой - результат есть. Можно пройти еще небольшой курс лечения (стакан настойки).

В. Лобов,
г. Краматорск».

«...Уж и не знаю, что делать. Как только перемена погоды, у меня появляются ячмени на глазах. Нет ли каких-нибудь народных средств от этой гадости?»

Н. Кобрин,
г. Красный Луч

«Хочу поделиться старинным рецептом против «ячменя». Меня научила этому моя мама, и я одно время с успехом им пользовалась. Нужно взять золотое кольцо, которое вы постоянно носите, и на ночь потереть им веко. Увидите - утром болезни не будет. Мне, во всяком случае, помогает.

Л. Любченко
г. Донецк».

«Часто страдаю от панариция. Нет ли какого народного средства?»

В. Зайченко,
г. Севастополь

Я готов поделиться с читателем известным мне рецептом от этой неприятной болячки. Я страдал ею в армии, пока комбат не подсказал, что нужно сделать. Рецепт прост до смешного: разогреть водку насколько можно терпеть и держать в ней палец где-то полчаса. Потом с той же водкой сделать компресс. Так 2-3 дня, только главное - не запустить, иначе без хирурга не обойтись.

Валерий Веселов

ПОМОГИ БЛИЖНЕМУ

«Я работаю на металлургическом комбинате. Нашу работу постоянно сопровождают ожоги. Подскажите что-нибудь попроще и поэффективнее в борьбе с ними».

В. Зиновьев,
г. Мариуполь

«Хочу подсказать пару народных средств от ожогов, проверенных на себе. Я частенько бываю в турпоходах, а туристы - народ хитрый: изобретаем разные способы самолечения. Первый способ - это смочить повязку или бинт свежей мочой, забинтовать ожог и дать повязке высохнуть. Второй способ еще проще: залить место ожога крепкой холодной чайной заваркой и забинтовать. Но в этом случае повязке не нужно давать высохнуть, пропитывайте чаем постоянно».

С. Крамаренко
г. Нальчик».

«Переболела недавно желтухой. Вроде лечение прошла, а лучше мне как-то и не стало. Сильно печень болит. Что делать?»

Любовь Д.,
с. Камышеваха
Донецкой обл.

От подобного недуга наша читательница из Запорожья уже давно прислала нам рецепт, да все не было оказии его напечатать. Теперь с удовольствием мы поделимся ним.

«При лечении больному после желтухи необходимо хорошо почистить кровь, тогда и облегчение сразу наступит. Для этого два стакана меда, 2 ст. л. молотого корня валерианы и стакан толченых семян укропа залить в термосе на сутки двумя литрами крутого кипятка. Через сутки процедить. Пить настой по 1 ст. л. перед едой. Уже через месяц печень будет болеть еле-еле, а потом и вовсе успокоится».

«У меня врачи определили анемию - малокровие. Может, у вас имеется рецепт от этой болезни? Чтобы не очень дорогой и эффективный»

Тамара С.,
г. Сухуми

«...Когда доктора определили у меня анемию, я жутко расстроилась. А бабуля моя говорит: «Ты лечись, как я лечилась. Налей в темную бутылку поровну сок редьки, свеклы и моркови, обмажь ее тестом, неплотно закупорь и поставь в духовку на два часа. Потом храни в прохладном месте и пей по столовой ложке перед едой 3-5 раз в день». Принимать настой надо месяца 3-4. Через полгода мой гемоглобин был в норме».

Ольга П.
Краснодар».



«Расскажите, чем лечили зубы наши предки? Ведь разных «колгейтов» у них не было, а зубы были здоровые и красивые».

Ирина Боярова,
г. Гусь-Хрустальный

Пришлось изрядно покопаться в почте, чтобы найти ответ на этот непростой вопрос, но вот искомый конверт передо мной.

«Сохранять свои зубы белыми и здоровыми нашим прабабушкам помогала прежде всего морковь. Она обладает чудесным свойством: и зубы чистит, и десны питает. Если вы с вашим ребенком будете вечером съедать по морковке, то зубная щетка вам на вечер не нужна. Примерно тот же эффект дают яблоки».

Анна П.
г. Владимир».

УКРЕПИТЕ ОРГАНИЗМ

«Какое средство от крапивницы вы можете мне посоветовать?»

И. Коротова

Возьмите в равных количествах настойку боярышника и валерианы, смешайте их и накапайте 30 капель в рюмку с водой. Принимайте такое лекарство перед сном. Это очень хорошее успокаивающее и укрепляющее средство для ослабленного организма.

ЧТО ЛУЧШЕ ПИТЬ ОТ СЕРДЦА

«У меня ослаблена работа сердца. Пить лекарства в больших количествах я не могу. Может быть, мне попить какие-то травы?»

К. Ярышков

При слабом сердце, замедлении эффективным средством для укрепления служит перечная мята. 1 чайную ложку сухих листьев мяты залейте стаканом крутого кипятка, укутайте и дайте настояться 20 мин. Затем процедите. Пейте мятный отвар мелкими глотками утром за 30-40 мин до завтрака. Отвар необходимо пить ежедневно, не пропуская ни одного дня, в течение года-двух. При ослабленной сердечной мышце также очень полезно 1 ст. ложку очищенных от семян ягод шиповника залить 2 стаканами кипятка и варить 10 мин. Затем охладите, процедите, добавьте 1 ст. ложку меда и пейте по 1/4-1/2 стакана 2-3 раза в день за 30 мин до еды.

Отвар шиповника незаменим при малокровии, болезнях почек, печени.

ХОЗЯЙКА «ЗОЛОТОГО ВЕКА»

Она скончалась в ноябре. Болела подагрой.

И любила русских мужиков...

Что мы знаем о ней? Ну кроме, конечно, анекдотических справок.

Екатерина II Алексеевна (София-Фредерика-Августа)

происходила из рода немецких принцев Ангальт-Цербстских.

В Россию приехала в 1744 году, где приняла имя Екатерины

Алексеевны, а в 1745 стала женой Петра III.

Что подтолкнуло меня «повеселиться» с этой незаурядной личностью? Не знаю. Может, простая человеческая любознательность? Извечный журналистский поиск. Во всяком случае, ясновидящий Владимир Соломин любезно согласился помочь мне, и вот мы в гостях у «великой Кати».

- Владимир Анатольевич, приезд Екатерины в Россию был обусловлен политической необходимостью или?..

- Нет. Здесь имели место, скорее, родственные связи.

- Тем не менее она свергает с престола мужа, Петра III.

- Она не свергала его. Был заговор, в который Екатерина просто была втянута. Позже молва поставила ее во главе этого заговора. Сама императрица говорит, что была лишь пешкой в большой политической игре, не препятствовала свержению благоверного с престола.

- То есть можно говорить о том, что Екатерина была кем-то руководима?

- Не руководима, но наставники у нее имелись. Позже, взойдя на престол, она их же и уничтожила. Начала диктовать свою волю. Но виноватой в смерти мужа Екатерина, себя не считает.

- С одной стороны, императрица - прогрессивный, умный, опытный во многих сферах деятельности человек. Но с другой - жестокий крепостник. Как соотносятся эти две стороны в одном человеке?

- Никак не сочетаются. Та же царица понимала, что крепостное право себя изживает, но, чтобы удержаться на троне, необходимо было защищать интересы правящего класса.

- Чем объясняются успехи Екатерины? Ведь время ее правления называют «золотым веком»? Территория России была расширена на полмиллиона квадратных километров. Присоединены Украина и Белоруссия...

- У нее были толковые советники. Но главное - все делалось вовремя.

- Что императрица видела в Украине? Чем прельщала ее наша земля? Плодородной благодатью? А может, она рассматривала ее как плацдарм для присоединения других стран? Зачем царица «обласкала» запорожское казачество?

- Трудно ответить на эти вопросы однозначно, но перспективу развития природных ресурсов Украины Екатерина видела четко и терять столь «сладкий кусок пирога» не хотела. За Украинной была Польша, но императрица вряд ли хотела воевать ту сопредельную землю, хотя кое-какие планы были, но с войной она их не связывала.

- В Европе в то время свирепствовала контрреволюция против прихода к власти Наполеона Бонапарта. Екатерина ее поддерживала. Почему? Неужели предвидела войну 1812 года?

- Лукавила. Она предвидела опасность со стороны не Наполеона, но

Европы как таковой, поэтому политику ее можно охарактеризовать как полшага вперед, четыре назад. Осторожничала императрица.

- Мы знаем, что Екатерина в сущности была весьма прогрессивным человеком. Понимала, что возникновение революционной ситуации неизбежно. Однако любые революционные проявления она беспощадно подавляла.

- Она была представителем системы. Участия в душегубствах не принимала, а подписываемые ею бумаги подчас даже не прочитывались.

- Дворянство царица ставила выше любого сословия...

- Ни в коем случае. Я говорю сейчас с ней, и она считает, что дворянство как класс было полностью никчемным. Но оно имело определенную силу, и с этим приходилось считаться. В правлении своем Екатерина больше опиралась на помещика-крепостника...

- Видела ли Екатерина в пугачевском восстании реальную угрозу своему правлению?

- Нет. Емельян Пугачев скорее интересовал ее как личность. Ведь он был незаурядным человеком. Была к нему даже некая симпатия. Но после того как произошел ряд эксцессов, Екатерина, исключительное как правитель, не как человек, решила подписать указ об уничтожении пугачевского войска.

- А до этого?

- А до... она в душе даже симпатизировала Пугачеву, но положение

КЛУБ ФЕНОМЕНОВ

правителя все же обязывало.

- Видите ли, Екатерина по натуре своей была исследователем. Ей хотелось диалога с «мужичким царем», но, увы, ничего не получилось.
- Была ли Екатерина интриганкой от рождения?
- Нет.
- Была ли в этой женщине любовь к русской земле или ее действиями руководил интерес, могущий принести пользу Германии?
- Она любила и уважала русских. И этого Екатерина не скрывала.

Беседовал
Валерий ВЕСЕЛОВ.

ВЫВЕДЕНИЕ КАМНЕЙ «Как избавиться от камней в желчном пузыре?»

А. Голубев

При желчнокаменной болезни рекомендуется пить настой alexandрийского листа в случае запора. Он не только хорошо слабит, но и облегчает прохождение мелких камней из желчного пузыря в кишечник.

Меня давно волновали вопросы: отчего это американцы каждое утро готовят себе свежие фруктовые и овощные соки (видел собственными глазами), а японцы вечером, после купания под душем, подолгу лежат в горячих ваннах? Что это? Привычка? Ритуал? Заинтересовался. Ну ладно, с соками еще понятно, но ванны... Все оказалось просто. Именно с помощью соков и ванн можно избавиться от недугов, которыми страдает большая часть человечества. Это заболевания нервной и сердечно-сосудистой системы. Некоторыми рецептами, которыми лично я постоянно пользуюсь, спешу поделиться с читателями «СД».

Н. Мариков, бывший матрос торгового флота

Нет стыда признаться человеку в своей ошибке.

СА Самоисцеление и долголетие № 23

№ Да Нет

№	Да	Нет	Иное
2284 Дмитрий	X		г. Саратов
0702 Галина	X		г. Саратов
0760 Галина		X	Россия, пригласить священника
4689 Валентина		X	Калининградская обл.
5315 Ольга		X	г. Баку
2742 Александр		X	г. Волгоград, обратилась в передачу «Жди меня»
7878 Валентина		X	
1888 Анжелика	X		Карелия, но не желательно
1456 Анжелика		X	Карелия
1950 Зинаида		X	Карелия
1111 Валентина		X	Ростовская обл.
2302 Елена		X	г. Саратов, народный целитель
3074 Изабелла		X	Карелия, надеяться на себя
7997 Александр		X	г. Москва
7435 Светлана		X	Ростовская обл. решительнее действовать
6816 Светлана		X	Челябинская обл.
7245 Светлана	X		Челябинская обл.
5390 Светлана	X		Россия, г. Озерск
9999 Валентина	X		г. Таганрог
2311 Катя	X		
7241 Владимир		X	
1968 Марина	X		в 2003 году
1427 Париса		X	лечить надо от воспаления
2010 Василина		X	нужен помощник
5557 Ирина	X		

От редакции:

Задавайте вопросы В. А. Соломину. Учитывая то, что журнальная площадь невелика, а вопросы, интересующие читателей, самые разнообразные, предлагаем заполнить нижеприведенный талон и отправить в адрес редакции. Формулировать вопросы таким образом, чтобы на них можно было ответить только «да» или «нет». Ответы будут публиковаться через газету и только подписчикам «СД» на 6 месяцев на 2003 год. (В конверт вложить две марки)

Бесплатные письма и переводы направлять по адресам (вместе с копией квитанции) в Украине: 83087, г. Донецк, а/я 2314, Колесник Ксения Станиславовна. В России 111141, г. Москва, а/я 473, Красносельмодина Нина Борисовна. На письмах указывать код «Ф». Заключаются также договоры с предпринимателями, фирмами на финансовое обслуживание. В. А. Соломин поможет провести успешно любую сделку либо предупредить неудачу.

Тел.: (0622) 53-90-14.

ВОПРОС В. СОЛОМИНУ (не более 20 слов, № 23)

ВАШ №

(4 ПРОИЗВОЛЬНЫЕ ЦИФРЫ)

ИМЯ

ДЕНЬ МЕСЯЦ

ГОД РОЖДЕНИЯ

ОТВЕТ ☐ ДА ☐ НЕТ

О'КЕЙ? БАНЗАЙ

Неплохо для успокоения и снятия болей в сердце утром натощак выпить сок, наполовину разбавленный водой. А лучше, если это будет сок из двух лимонов. Потом пейте сок с водой (яблочный, морковный, свекольный, из смородины) через час по стакану. Есть ничего не нужно. На следующий день при хорошем самочувствии повторите. Кроме этого хорошо бы принять разного рода успокаивающие ванны. Если нет большой ванны, то можно сделать только ножную ванну. Рецептов отваров несколько. Возьмите иголки, веточки, шишки сосны, залейте холодной водой, так чтобы она их покрыла, кипятите 10 минут, а потом пусть настаивается 12 часов. Отвар должен быть коричневого цвета. Добавляйте его в умеренно горячую воду: для ванны - 1,5 литра, для ног - 1/4. Очень хорошо добавив в ванну отвар корня валерианы. Это снижает головную боль, боль в сердце, снижает давление. Попробуйте сделать ванну с отваром ромашки, листьев ореха. Эти отвары готовят так же, как и отвар из иголок, веточек, шишек сосны. Только настаивать не так долго.

КОНСУЛЬТАЦИИ СПЕЦИАЛИСТА

Как ни странно это звучит, но операцию сделать, в принципе, не так уж и сложно. К тому же за многие годы практически все хирургические операции систематизированы и занесены в учебники, атласы. Новые операции, описания которых изредка появляются в соответствующих медицинских журналах, — чаще всего лишь модификация старых и проверенных.

Да и в художественной литературе часто можно встретить повествования о том, как молодые врачи, не имея достаточной врачебной подготовки, выполняли довольно сложные хирургические операции, руководствуясь лишь атласами и учебниками.

ПОСЛЕОПЕРАЦИОННЫЕ

Если вспомним цирюльников Средневековья. Они тоже всюю практиковали разное «рукоблудие», не имея для того ничего, чтобы «достаточной врачебной подготовки», а и вообще никакой медицинской. А еще не так давно хирурги оперировали вместе с анатомами — хирург умел резать, «шить и вязать», анатом подсказывал ему, в каком месте это лучше сделать.

Это исторические факты, и от них никуда не деться.

**Современные каноны
медицины практически
исключают вероятность
того, что операцию может
делать неспециалист.
Разные казусы,
конечно, бывают,
однако не о них разговор.**

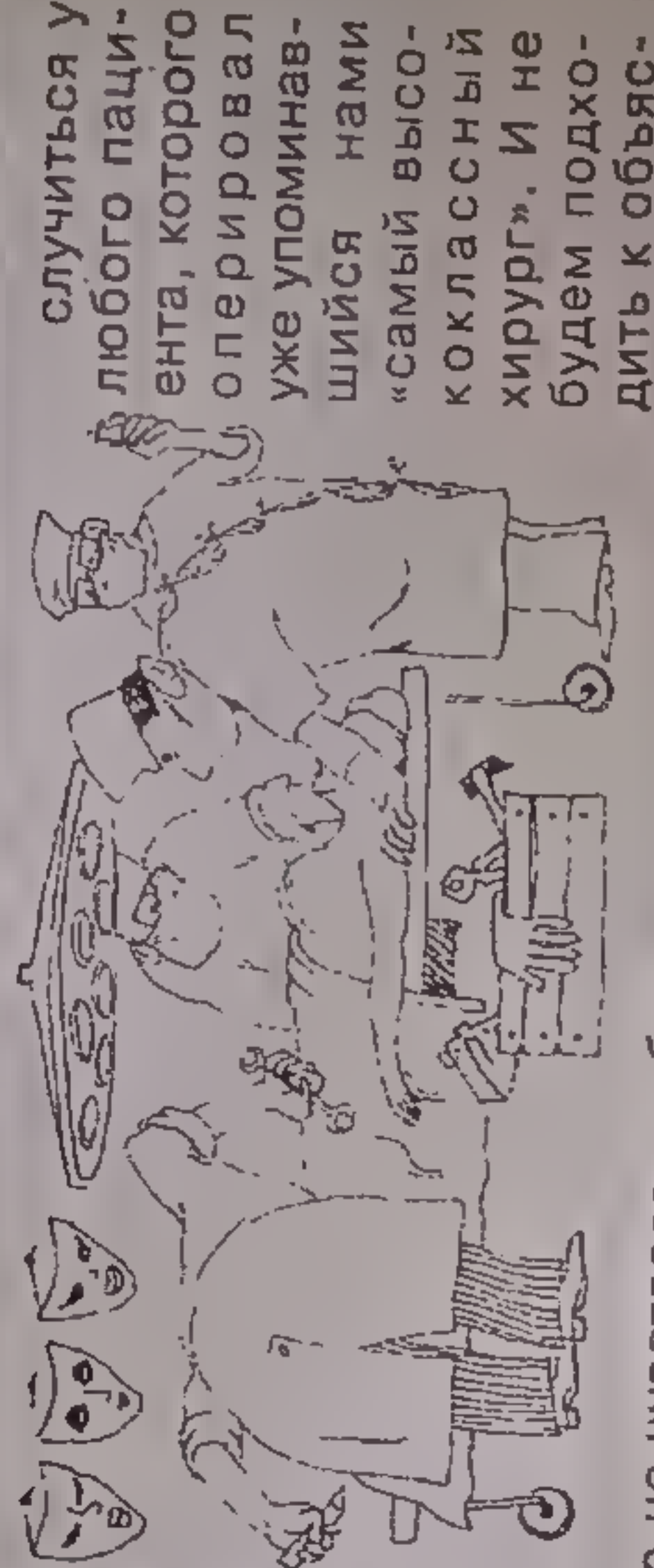
Один профессор, учиняя разнос своим подчиненным-хирургам, выразился примерно так: «Вы все тупицы! Если мне будет нужно, то я и обезьяну научу оперировать!» Это он себя хвалил, а заодно высказывал мнение о своих коллегах. Дескать, они еще хуже обезьян, не поддаются обучению даже под его «чутким» руководством. К слову сказать, профессор и сам звезд с неба не хватал, но зато самомнение у него было на уровне границ Вселенной. Более одного года работать вместе с ним мало кому удавалось. Люди уходили при первой же возможности

и прекрасно себя чувствовали на новых местах работы — заводов, ли отделиями, кадрами, феодрями, пользова-лись уваже-нием. И никто не чувствовал себя дрессированной обезьяной.

Ну, положим, обезьяну научить хирургии вообще невозможно. Да и плохих хирургов, кстати, не так уж много. Единичны. Хороших неизмеримо больше. И по мировой статистике врачебных ошибок, сделанных во время операции, регистрируется совсем мало. Так в чем же соль? Если все хирурги такие прекрасные, отчего же тогда люди всегда опасаются ложиться на операционный стол?

А соль в том, что если не принимать во внимание естественный человеческий страх перед ножом и держащим его хирургом, то на первое место непременно выйдет боязнь не самой хирургической операции, но чего-то еще. Чего же именно? Как оказывается, куда более страшным для людей является не операция, а ее осложнения. Подсознательно это знают все, но сознательно сплошь и рядом валят все на хирурга.

И тут очень важна такая деталь — не сомневайтесь, руки хирурга сде-



случиться у любого пациента, которого оперировал уже упоминавшийся нами «самый высокий классный хирург». И не будем подходить к объяс-

нению данного предмета исключительно с точки зрения врача. В дебрях медицинской науки сломал ногу не один черт. Подойдем с точки зрения пациента. А точнее — с обеих точек.

**Итак, закончилась
операция. Усталый хирург
снимает перчатки,
расправляет затекшую
спину и думает в этот
момент вовсе не об отдыхе.
Он думает о том, что
начинается самый главный
этап в борьбе за жизнь
пациента — борьба
спослеоперационными
осложнениями.**

**Какие такие
осложнения?!**

Ведь операция только-только закончилась?
Вот именно. Закончилась. А пос-

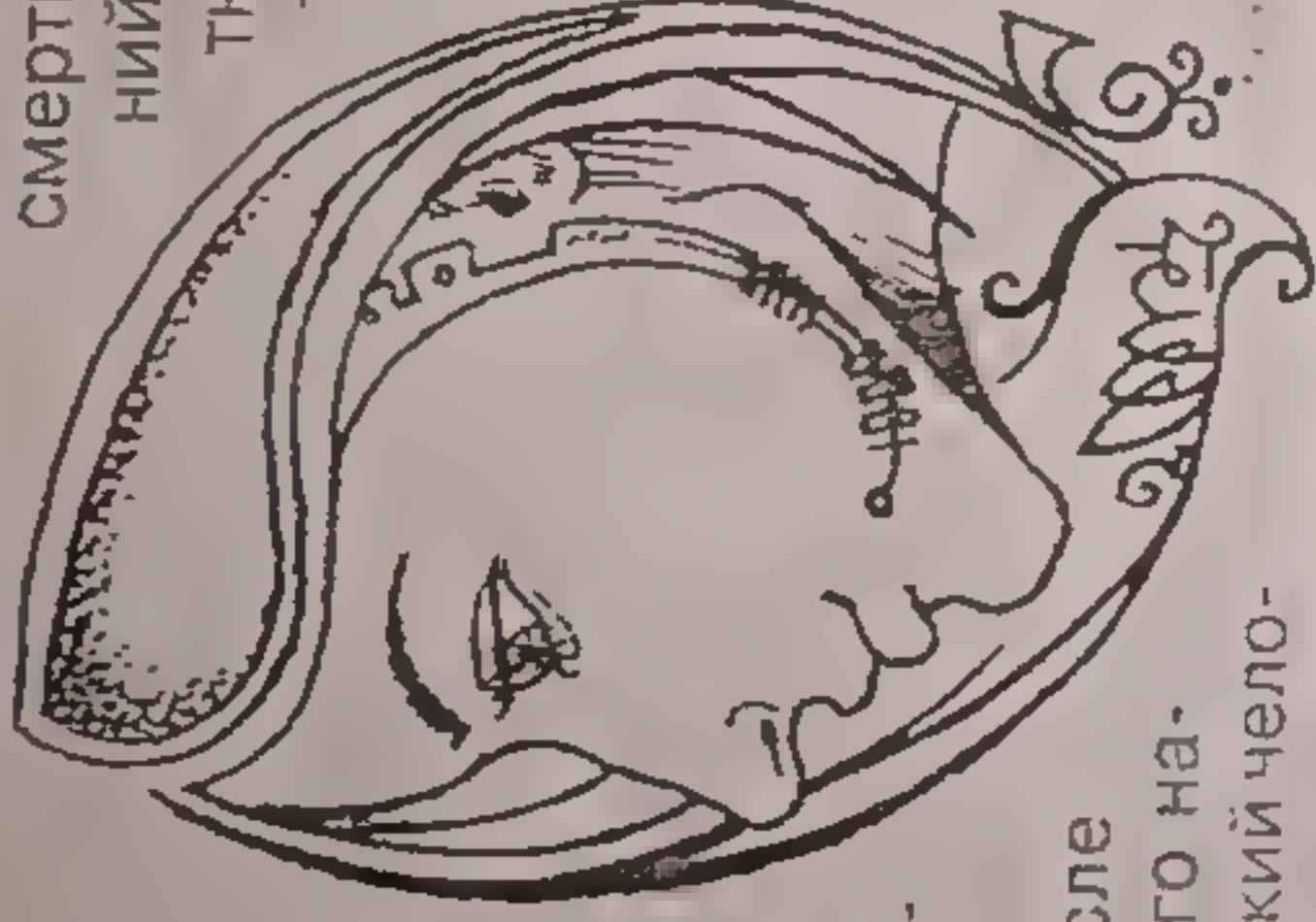
Самоисцеление и долголетие № 23

КОНСУЛЬТАЦИИ СПЕЦИАЛИСТА

репертуарные осложнения начались сразу же после операции. У врача долго до ее начала. У врача перед операцией был в лучшем случае всего лишь час-два на подготовку, тогда как болезнь име-

ла фору как минимум в несколько часов, да и организм пациента, в свою очередь, несколько лет готовил плацдарм для развития осложнений. Нездоровый образ жизни, наследственность, экология - все это отправные точки развития послеоперационных осложнений.

Какие осложнения после операции вероятнее всего назовет среднестатистический чело-



00102K45449

век, если его остановить на улице и задать ему такой вопрос? Среднестатистический человек вероятнее всего скажет: «Нагноение».

Правильно. Чаще всего оно и случается - нагноение послеоперационной раны. Сейчас любой школьник знает, что вокруг нас полно - полностью всяких разных микробов. Они имеются и в воде, и в воздухе, и на коже, и внутри нас. Даже при соблюдении всех мыслимых и немыслимых условий асептики и антисептики идеальная стерильность недостижима. В рану обязательно попадет какое-то количество микробов с кожи, с перчаток, с материала, с инструментов, из воздуха, наконец! Но чаще всего организм большого взрослого и без особого труда с ними справляется самостоятельно

Кто из нас хотя бы раз не поранился кухонным ножом, которым только что чистили картошку? И как часто после этого развивались гнойные осложнения? Согласитесь — не часто. Защитные силы организма позволяют ему справиться со злокачественными микробами.

А если справиться не удается? Нынче ведь не каждый может похвастаться хорошим иммунитетом — Чернобыль, химия, наследственность все время делают свое черное дело... Вот тогда-то и развиваются неприятности. Например, гнойные осложнения послеоперационного

периода. К ним, заметим, относится не только нагноение в ране. Нагноение — вещь далеко не самая опасная. **Есть еще перитонит, есть еще сепсис.** Сто лет тому назад смертность от таких осложнений была почти стопроцентной. С приходом в практику антибиотиков картина совершенно изменилась. Вот почему после операции обычно назначают какие-нибудь антибиотики. Для профилактики.

Хирурги, которые работали в малоразвитых странах, рассказывают, что там для борьбы даже с тяжелыми слу-

чаями гнойной инфекции иногда бывало достаточно назначить минимальную дозу антибиотиков. Как говорил Папанов в «Бриллиантовой руке»: «Достаточно одной таблеточки...» Но для «цивилизованного» европейца или американца одной таблетки маловато будет. У нас принимают дозы другие. Хотя еще сорок пятьдесят лет назад пенициллин в смешанных по нынешним меркам количествах расправлялся с микробами не хуже Рэмбо.

Те антибиотик, которые сегодня врачи назначают для профилактики гнойных осложнений, куда сильнее пенициллина. Однако и их бывает недостаточно. Тогда подключается «тяжелая артиллерия» – цефазолин, тиенам, таваник. Очень мощные лекарства. Таваник, кстати, можно давать в таблетках, но сила его от этого не уменьшается. Резонным будет вопрос: «А нельзя ли их сразу применять? Сделали операцию – и назначили. Или еще лучше – перед операцией таблетку таваника под язык, и все дела. Тогда ведь и осложнения исчезнут?» Можно, конечно. Только не удивляйтесь потом, если вдруг эффект окажется примерно таким, как если бы из орудия главного калибра линкора выстрелили по стае воробьев, сидящих на крыше королевского дворца. А вот выстрел из дробовика будет иметь те же последствия для пернатых, зато совершенно

но иными последствия будут для дворцовой крыши и для всего дворца в целом. Вывод ясен. Незачем привлекать «тяжелую артиллерию», когда и дробовик поможет.

Да и не исчезнут гнойные
осложнения совсем
никогда. Заметьте,
что в мировой практике
применения антибиотиков
опыт назначения
антибиотиков «наобум»,
в том числе и супермощных,
уже имеется.

Правда, без особого положительного результата. Подействует ли данный конкретный антибиотик на данную конкретную флору, с полной уверенностью можно сказать исключительно после получения результатов бактериологического посева. Иногда бывает необходимо назначать вместе два-три антибиотика. Или не назначать их вовсе.

Профессор МИТЧЕЛЛ
(Окончание следует.)

УЖАСНАЯ МИГРЕНЬ

**«Мучаюсь от сильных
головных болей.**

**Подскажите какое-
нибудь средство,
ведь пить таблетки
постоянно
невозможно».**

Валерия Соколова

Поставьте на огонь таз с равным количеством воды и столового уксуса, дайте закипеть. Когда пойдет пар, наклонитесь над тазом и очень медленно вдыхайте пар 15 раз. Обычно мигрень от этого прекращается или во всяком случае становится гораздо слабее. Еще можно при сильной головной боли медленно расчесывать волосы деревянной расческой в течение 7-10 мин.

Свежий сок калины пьют при головных болях

ОНКОЛОГИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

Неизлечимых болезней нет

Осенью 1996 года со мной произошло неожиданное. Я стала замечать, что сил моих хватает на 2 часа, а потом — полное бессилие, разбитость. Необъяснимая субфебрильная (37,2 — 37,4) температура в течение целого дня. По ночам температура поднималась до 39°. Появилось несколько опухолей во внутренних органах. Во время диагностики был выявлен рак 3-й стадии. Я связалась с друзьями из Германии и получила от них советы. За несколько дней ко мне вернулись силы, и болезнь начала отступать. В это было трудно поверить, но я буквально почувствовала, как ко мне вернулась жизнь. В течение двух лет, следуя каждому совету, о которых речь пойдет ниже, я вновь стала здоровым человеком, ведущим активную жизнь.

Что может помочь вам?

Человеческий организм может быть таким же носителем паразитов, которые вызывают рак, как и организм животных. В таких случаях люди помогали себе слабительными и рвотными средствами. Во многих странах с древней культурой до сих пор освобождаются от паразитов таким образом. В настоящее время люди стали забывать об этом. Наблюдались случаи экземы, вызванные аскаридами; случаи шизофрении и депрессии, вызванные паразитами, поселившимися в голове; астмы, вызванной аскаридами в легких, диабета, вызванного паразитами в поджелудочной железе; мигрени, вызванной острицами; сердечных заболеваний, вызванных собачьим паразитом *Diroflaria*. Этот список можно было бы продолжить.

Освободиться от всех этих паразитов было бы абсолютно невозможно, используя клинические лекарства, которые могут убить только один-два вида паразитов каждый. Кроме того, такие лекарства, как флагил, могут сами по себе вызвать понос, рвоту. Что будет с вашим организмом, если принимать до 10 таких лекарств для того, чтобы освободиться от дюжины паразитов?

Предлагаем три растения, которые освободят вас от 100 видов паразитов. Без головной боли! Без тошноты! Это звучит фантастически заманчиво, чтобы быть правдой. Считают, что эти травы — подарки Природы Человечеству.

ВОТ ЭТИ ТРАВЫ:

— Черный грецкий орех (плод дерева черного грецкого ореха).

— Полынь.

— Обычная гвоздика.

Эти три растения должны быть использованы вместе. Черный грецкий орех и полынь избавят вас от паразитов и развивающихся форм более чем 100 видов паразитов.

Гвоздика убивает личинки и яйца. Если выубьете только половозрелые формы и не затронете личиночные формы, произойдет реинфекция. Лечение должно быть комплексным.

Рекомендуем для приготовления настоек использовать незрелый грецкий орех. Цвет настойки должен быть зелено-коричневый. Разновидность используемой полыни — это полынь горькая. Гвоздика — обычная пекарская свежесмолотая гвоздика.

Вам необходимо иметь на курс противопаразитарного лечения:

* 100 мл настойки черного грецкого ореха.

* два флакона полынных капсул — сорт *Artemesia* — 160 капсул.

* один флакон — 100 капсул со свежесмолотой гвоздикой.

Вот все, что вам нужно для противопаразитарного лечения.

Орнитин и аргинин могут улучшить лечение. Это те препараты, которые снижают уровень аммония, выделяемого при разрушении паразитов. Аммоний очень токсичен, особенно для мозга. Не пытайтесь заменить травы другими лекарствами. Противопаразитарные лекарства чрезвычайно токсичны, даже в небольших дозах. Кроме того, они не избавляют от всех стадий.

Чего следует избегать

Проверьте этикетки вашей косметики на предмет наличия в составе ингредиентов пропанола и изопропанола. Обычно их указывают на этикетках, поскольку никто не знает, что это вызывает рак.

Пропиловый алкоголь может содержаться в таких компонентах, как пропамид, пропациетамид, кальций пропионат, которые также могут в организме превратиться в пропиловый спирт. Поэтому не используйте ничего, что имеет на этикетке слова, начинающиеся с «проп» (проп) среди перечисленных ингредиентов. Не держите такую косметику у себя дома. Без сожалений выбросьте ее.

ПРОДУКТЫ, СОДЕРЖАЩИЕ ПРОПИЛОВЫЙ СПИРТ

- * Шампуни, даже лечебные.
- * Лаки для волос.
- * Пищевые полуфабрикаты.
- * Косметика.
- * Бутилированная вода.
- * Консервированные соки.

- * Древесный спирт.
- * Зубные пасты.
- * Все кремы для бритья и после бритья.
- * Газированные напитки.
- * Очищенный растворимый кофе.
- * Расфасованные чаи.
- * Белый сахар.

Этот перечень продуктов рекомендуется держать прикрепленным на вашем холодильнике, чтобы он был всегда у вас перед глазами.

ХОТИТЕ ИМЕТЬ КРАСИВУЮ ГРУДЬ?

Любая женщина

хотела бы, чтобы ее грудь

была красивой. Но три коварных фактора

мешают этой мечте осуществиться. Против

первого - земного притяжения - вряд ли можно бороться. Двум

другим - возрастным провисам и растяжкам соединительных

тканей - можно противопоставить меры

профилактики.

Вам уже двадцать пять. Ваша грудь в самой лучшей форме. Но уже надо начинать ухаживать за ней.

У соединительных тканей, от которых зависит, будут ли симпатичными ваши округлости, есть три главных врага.

Первый из них - злоупотребление загаром. Ультрафиолетовые лучи опустошают сосуды, отвечающие за обновление тканей. Поэтому для груди и области декольте используйте те же солнцезащитные кремы, что и для лица.

Второй враг - курение. Никотин сокращает сосуды.

Третий враг - изменение веса в ту или другую сторону.

Каждый набранный килограмм веса повышает на 20 г вес груди, и наоборот. А если вы, например, похудели на 10 килограммов, то и каждая грудь похудеет соответственно на 200 г. Если учесть, что «среднестатистическая» грудь весит приблизительно 400 г, то понятно - грудь повиснет.

Чтобы этого не произошло, нужно с 20-летнего возраста ежедневно устраивать для груди контрастный душ. Каждое утро последовательно обдавайте ее три раза холодной и три раза теплой водой. Процедуру завершите круговыми движениями, облив три раза каждую молочную железу холодной водой. Подобным образом регулируют кровообращение и кислородный обмен кожи.

Вам всего тридцать пять. В этом возрасте за плечами у женщины, как правило, одна или несколько беременностей, что, конечно же, не слишком благотворно сказалось на ее груди.

Контрастный душ просто-таки необходим. Кроме этого ежедневно следует легко массировать грудь щеткой из натуральной щетины в направлении снизу вверх.

тины в направлении снизу вверх.

Опишите при помощи щетки вокруг каждой груди по два полукруга так, чтобы кожа слегка порозовела. Затем нанесите на кожу крем.

Для кожи груди полезны улучшающие кровоснабжение средства.

можно больше пить. Если организм недополучает жидкости, он начинает извлекать ее из соединительных тканей. Вам требуется не меньше двух литров минеральной воды, чая из трав, свежих соков.

Чтобы сохранить форму, необходимо также делать несложную гимнастику.

1. Руки перед грудью, локти в сторону. Вдох. Сожмите ладони рук, давая с силой с обеих сторон. Расслабьтесь. Выдох. Оптимально делать это упражнение 2-3 раза в день, каждый раз повторяя его десять раз.

2. Двумя руками возьмите гантель (2 кг), поднимите ее до уровня груди, опустите. Начинать с 5 повторений, потом постепенно дойдите до 10. Вместо гантели можно использовать бутылку с минеральной водой.

Ирина ЗАЦЕПИНА, врач-маммолог

«У моей знакомой

очень часто

возникает

воспаление половых

органов, и ей

помогает одно

народное средство.

Надеюсь, что кому-

нибудь оно тоже

пригодится».

Наталья А.

1 ст. л. зверобоя залить стаканом кипятка, прокипятить 15 мин, остудить и процедить. При воспалении половых органов - пить по 50 мл три раза в день.

ние экстракт плюща, а также разглаживающие экстракты хмеля или вербы.

Раз в неделю делайте для груди и области декольте следующую маску: разомните вилкой половинку вареного картофеля, добавьте чайную ложечку меда, чайную ложку сливок и 50 г растительного масла. Нанесите на кожу и оставьте на 20 минут. Такая маска разглаживает морщины и делает кожу мягкой.

Вам только сорок пять. В этом возрасте особенно важно ухаживать за грудью. Перед отходом ко сну некоторые американки специально для поддержания в тонусе грудных мышц съедают 30 г курицы или рыбы и запивают соком, выжатым из одного лимона. Немного белка и витаминный «удар» способствуют увеличению количества коллагена, а следовательно, помогают процессу омоложения соединительных тканей. Попробуйте этот способ и вы.

Кроме того, вам необходимо как

Честь есть душа супружеского согласия.

ЕСЛИ ГОЛОВА КРУЖИТСЯ

«Я в принципе здоровый человек, но почти постоянно у меня кружится голова, хотя результаты анализов в норме. Подскажите что-нибудь».

С. Владичев

При частых головокружениях рекомендуется попить мочегонные средства. Но причину их обязательно должен установить врач. А для начала возьмите 10 г соцветий календулы и залейте 200 мл кипятка. Принимайте по 1-3 стол. ложки 3 раза в день.

ЖГУЧИЙ ПЕРЕЦ ДЛЯ РОСТА ВОЛОС «У меня очень медленно отрастают волосы. Нет ли какого-то средства, чтобы ускорить этот процесс?»

В. Грумова

Втирайте в кожу головы 1 раз в 2-3 недели такую настойку: 4 стручка жгучего перца залейте 0,5 л водки и настаивайте 3 недели. Процедите и тщательно втирайте эту настойку в кожу головы по 50 мл.

ЛЕЧИМ МУЖСКИЕ БОЛЕЗНИ

«Чем лечиться при остром простатите?»

Н. Левкин

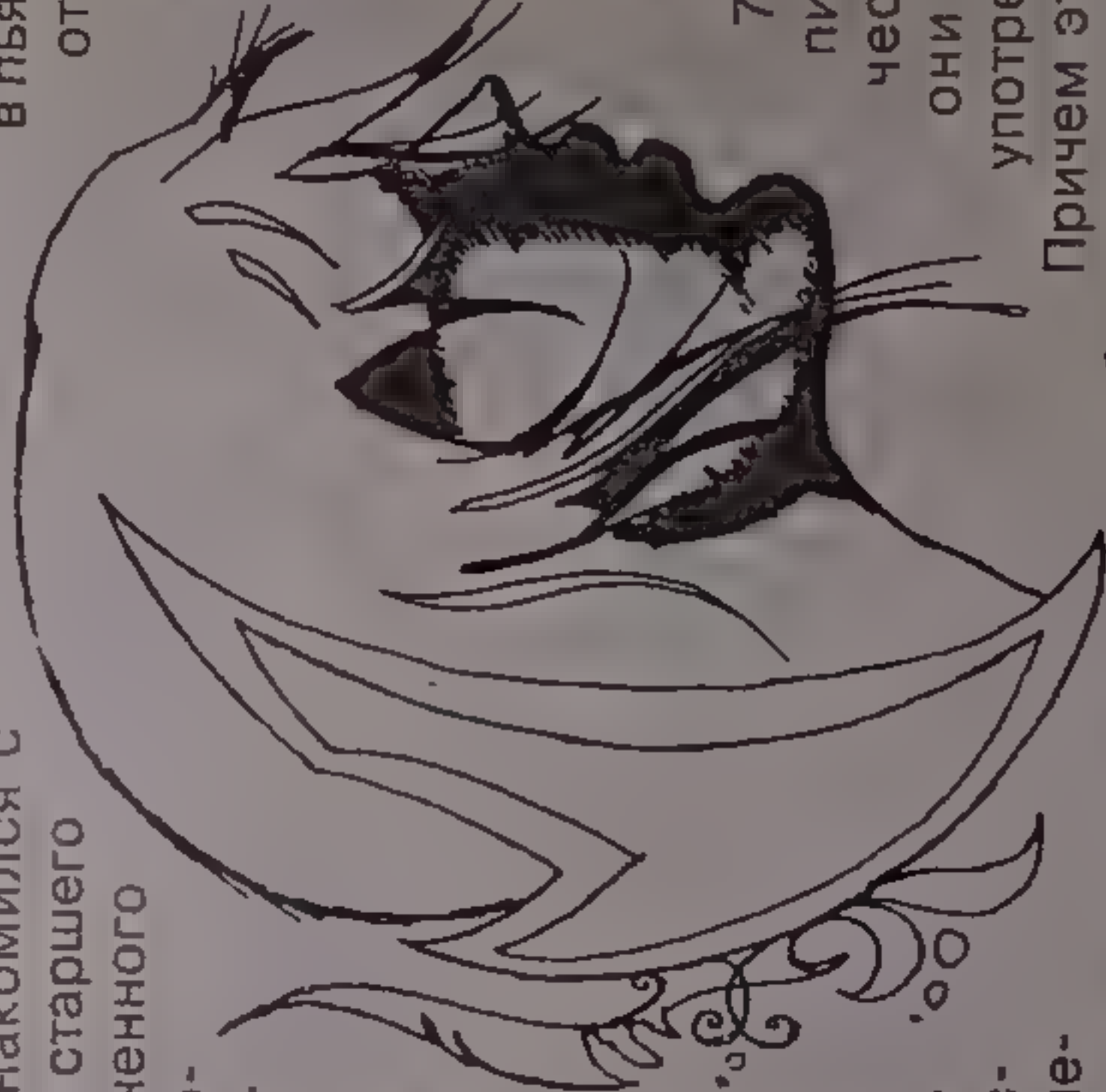
Измельчите в кашу 2 луковицы среднего размера, залейте ее 0,6 л кипящей воды, настаивайте 2 ч, укутав. Пейте по 50 мл каждый час. Или принимайте при гипертонии предстательной железы очищенные и измельченные семена тыквы 2 раза в день, утром и вечером, по 1-2 стол. ложки в течение месяца.

Ошибки

Анжеле 15 лет, она учится в одной из донецких школ, в десятом классе. Хотя, конечно, слово «учиться» в данном случае едва ли применимо. В родном учебном заведении девушка появляется редко, больше бродит по улицам города, пропадает по целым суткам у подруг, но чаще коротает время в забегаловках за кружкой пива. Анжела - алкоголичка. Причем с солидным стажем. Я познакомился с ней в кабинете старшего оперуполномоченного по делам несовершеннолетних капитана В. (он просил не называть его фамилию).

Кроме Анжелы здесь находились еще две ее подружки. История, которую я услышал, была далека от реальности, но, тем не менее, произошла она совсем недавно. Трех подвыпившим десятиклассницам не понравилось «поведение» их товарок - учениц параллельного класса: они, мол, жутко несокомерны. После небольшого совещания с девушками решили «разобраться», «забили стрелку», но в последний момент Анжела предложила решить дело полюбовно:

- Хотите, чтобы вас не били? Поставьте вечером четыре бутылки водки(!), разопьем мировую и разбежимся...



Увы! Выпитая водка спорщиц не примирила, и вскоре пятеро девченок сцепились в общей свалке. Как следствие, все оказались в милиции с окровавленными мордашками и в порванной одежде.

- Анжелика, - задаю вопрос, - А

давно ты пьешь?

- Давно, - улыбается юная хулиганка, - с детства. - И, перехватив мой недоуменный взгляд, поясняет:

- Когда малая совсем была, меня мамка укачивать не хотела... зальет в рот пару ложек портвейна, и я сплю.

Нереально? Да нет. Страшно! Преступно! И между прочим, статью за вовлечение несовершеннолетних в пьянство никто пока не отменял, только почему-то никого по ней к ответственности не привлекают. А надо бы!

В настоящее время трудно найти подростка, который бы хоть раз не попробовал спиртного. Даже 7-, 13-летние дети пишут в социологических анкетах, что они уже имеют опыт употребления алкоголя.

Причем это дети из вполне благополучных семей, обычные школьники, примерные мальчишки и девочки, их родители не алкоголики. К наркологам дети в таком возрасте попадают редко, родители обычно даже не замечают, что их чадо пришло домой с запахом спирта.

- Саша, кто твои родители? - Мой вопрос адресуется подростку лет шестнадцати. Его и трех его друзей привели с дискотеки, где пацаны устроили драку. Вчетвером били одного, такого же, как и они, подростка.

- Отец водителем работает, мать - медсестра (семья, как видите, вполне нормальная).

- А за что вы парнишку избили? Его с сотрясением мозга «скорая» увезла...

- Чтобы не брехал. Мы у него за-

ПАУТИНА АЛКОГОЛИЗМА

мать попросили, а он сказал, что не курит, а мы видели, что он курит. А вообще, пьяные были, вот и завелись.

- Кто же вам водку-то продал?
- Это наше дело. А что за деньги кому-то что-то не продают?
- Если бы ты трезвый был, полез бы в драку?
- Не знаю. Вряд ли.
- Ну а выкивали-то вы зачем?
- Так дискотека же. Для кайфа макнули...

Вот так. Рано или поздно подростковая группа, которой нечем себя занять, «для настроения» или «для храбрости» начинает употреблять спиртное. Обычно инициатором является подросток, уже имеющий индивидуальный опыт употребления алкоголя. Он предлагает выпить другим,

и те, как правило, не отказываются.

Употребление спиртного подростками обычно уже с самого начала носит форму злоупотребления. Поскольку выносливость к спиртному в этом возрасте невысока, опьянение даже от небольших доз может быть крайне тяжелым.

...14-летнего Андрея в приемном покое откатали с трудом. Как выяснилось позже, мальчишка не пил ничего, кроме пива. Подросток был крайне удивлен таким результатом, полученным от употребления безбидного, казалось бы, напитка. **А между тем, каждый врач-нарколог знает, что самая высокая степень алкогольного отравления бывает именно от пива!**

В настоящее время подростковый алкоголизм - очень актуальная проблема, тем более что спиртное стало всем доступно и большинству продавцов коммерческих лотков абсолютно безразлично, кому они продают свой товар - взрослому или подростку.

О том, что у пьющих родителей рождаются неполноценные дети, в печати и по телевидению говорилось уже немало. Однако телезри-

телям обычно демонстрируют детей с физическими уродствами. Но не только это страшно. У подавляющего большинства детей алкашей психиатр может констатировать как минимум задержку психического развития и педагогическую запущенность. Высок процент психопатий. Чаще всего отец-алкоголик страдает психопатией, а у ребенка ее проявления еще более тяжелые.

...Трое «поддатых» пацанов ночью залезли в окно школьного кабинета химии, откуда похитили всевозможные реактивы и химреактивы.

- Ну зачем, зачем вам это все понадобилось, - спросили их позже в милиции.

- Для опытов...

- Каких опытов?

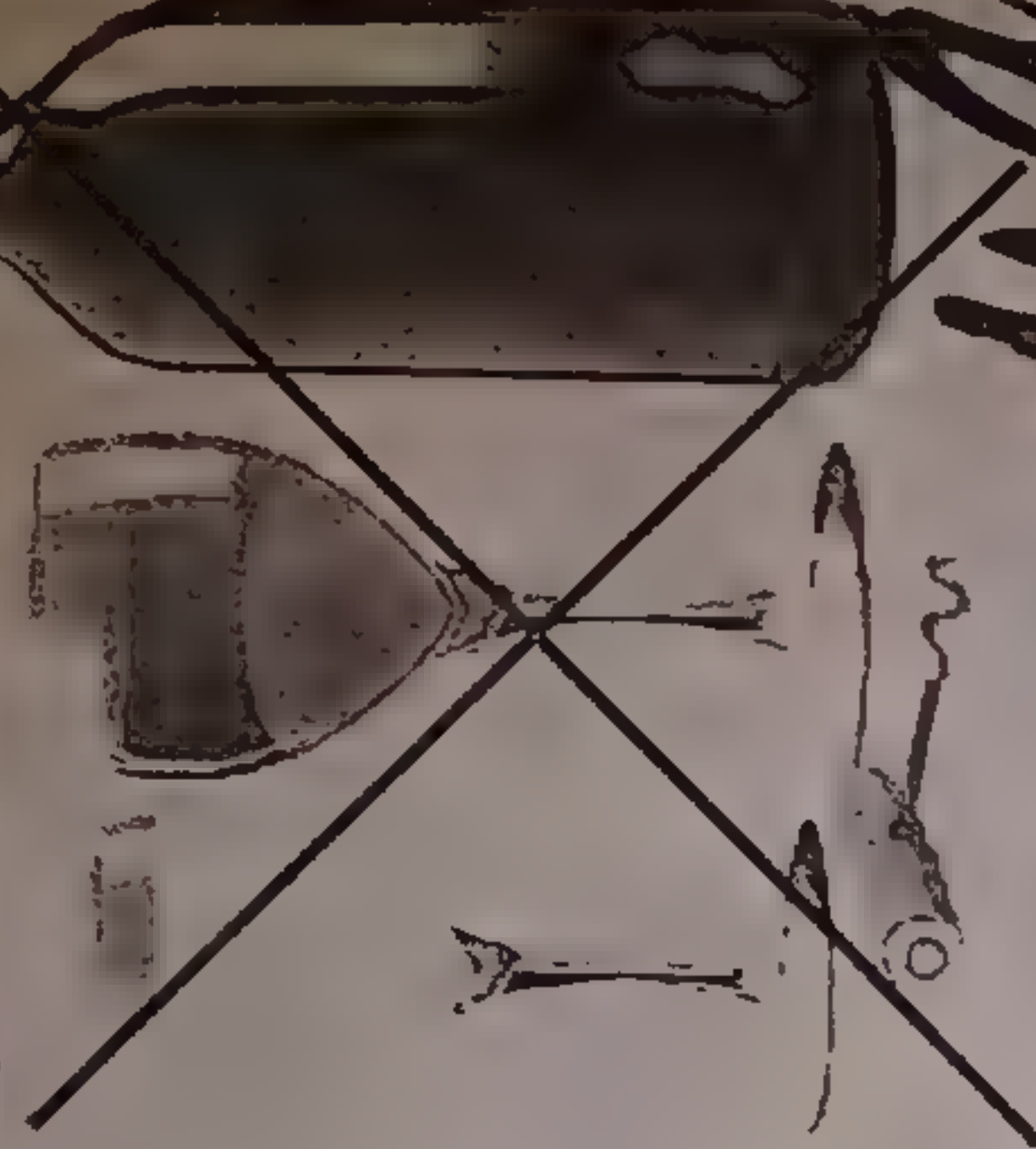
- А если все это смешать, то как

рванет, - расцвел один из похитителей улыбочкой олигофрена.

В семьях с низким интеллектуальным статусом, где один или оба родителя пьющие, дети тоже чаще всего имеют низкий образовательный уровень. Многие матери с нетерпением ждут, когда дети смогут самостоятельно зарабатывать себе на жизнь. А самим детям не до книг, не до учебы. Сын алкоголика, начавший выпивать уже в 12-13 лет, целый день болтается по улицам в компании таких же примитивных подростков, выискивая приключений на свою голову. Позже, получив малоквалифицированную специальность, он рано начинает трудовую деятельность. Но работать он тоже не любит, а работа для него - тяжкая обуза, которая нужна только для того, чтобы были деньги. А деньги нужны на выпивку.

На внешне кажущийся простым вопрос: почему же тот или иной человек злоупотребляет алкоголем? - можно получить совершенно разные ответы, в зависимости от того, кому он задан.

Мать или жена скажут, что сын (муж) пьет потому, что попал в дурную компанию, он слабый, на него плохо влияют друзья-субкультники. Сам пьющий уверенно скажет: «Потому, что все пьют!»



на дне сидит

Врач-нарколог оценивает причину злоупотребления спиртным совершенно с иных позиций.

Влияние дурной компании и друзей-субкультников, безусловно, имеет значение, однако надо задаться вопросом, почему же человек не покидает такую компанию и не сменит друзей-субкультников на других, непьющих? Что здесь причина и что следствие?

...Трое малышей сидели в песочнице и играли во взрослых. Наполняя песком пластмассовые стаканчики, они чокались ими, делали вид, что пьют. Потом жевали воображаемую закуску. Неподалеку за столиком папы малышей резались в карты. Они гордо поглядывали на отпрысков. Еще бы - настоящие мужики растут...

*Материал подготовил
Валерий ВЕСЕЛОВ.*

Ванны из листьев грецкого ореха помогают при различных раздражениях кожи.

А ЧТО ТАМ, ЗА БУГРОМ?

Подлинная эпидемия подростковых убийств прокатилась в последние годы по Соединенным Штатам Америки. 16 февраля 1997 года в городе Бетел, на Аляске, 16-летний Эван Рамсей застрелил директора школы Рона Эдвардса, своего соученика Джоша Паладиоза и ранил двух одноклассников. Рамсей был осужден за это на два 99-летних срока! Власти привлекли к ответственности и двух его товарищей, осведомленных о готовящемся злодеянии.

ПОЧЕМУ АМЕРИКАНСКИЙ ШКОЛЬНИК СТРЕЛЯЕТ В ОДНОКЛАССНИКОВ?

1 октября этого же года 16-летний Люк Вудхэм открыл огонь в школьном кафетерии в городе Пирл (штат Миссисипи). Он убил двух учащихся, в том числе бывшую свою подругу, и ранил семерых. Ранее застрелил собственную мать. Преступника осудили на пожизненное заключение. Привлечены к ответственности и шесть его друзей, знавших о намерениях Вудхэма. 1 декабря 1997 года 14-летний Майкл Карнил в городе Вест Подуках (штат Кентукки) дождался, когда школьники начнут выходить из церкви, и открыл огонь из украденного пистолета. Он убил троих и еще четверых школьников ранил. 24 апреля 1998 года 14-летний Эндрю Вурст в городе Эдинборо (штат Пенсильвания) застрелил своего школьного учителя, ранил двух соучеников и еще одного учителя. 24 марта 1998 года в городе Джоунсборо (штат Арканзас) 13-летний Митчел Джонсон и 11-летний Эндрю Голден подняли в своей школе ложную пожарную тревогу, и когда испуганные дети и учителя выбегали на улицу, юнцы начали стрелять по ним из ружей. Они убили четверых школьников и учителя и ранили 11 человек. «Стрелков» содержат в тюрьме до 21-летнего возраста, чтобы потом предать суду. 20 апреля 1999 года в Литлтоне (штат Колорадо) в школьников стрелял Эрик Харрис. Комментируя этот случай, американская пресса писала о чем угодно, но только не о главном. Оказалось, что Харрис лечился у психиатра, причем ему прописывали в качестве медикаментозного средства... наркотическое вещество лювокс! В ряду других подобных веществ лювокс рекомендован (!) Американским Управлением по контролю за качеством пищевых продуктов, медикаментов и косметических средств для лечения некоторых психических отклонений, хотя врачи широко используют его в качестве антидепрессанта (средства, снимающего депрессию).

По мнению выдающегося американского психиатра Петера Брегина, лювокс, прописываемый подросткам, в

четыре процента случаев вызывает различные мании. У некоторых пациентов проявляется мания грандиозных планов по уничтожению как можно большего числа людей (!). Аналогичный эффект, как утверждает доктор Брегин, дает близкий родственник лювокса - антидепрессант прозак. Оба эти средства считаются «полезными», поскольку изменяют уровень серотонина (специфического мозгового вещества) и тем самым подавляют депрессию.

Твердо установлено, что 15-летний Кип Кинкель, «отличившийся» 21 мая 1998 года расстрелом своих товарищей в Спрингфилде (штат Орегон), принимал именно прозак. Этот первокурсник сначала убил своих родителей, а затем двинулся в кадетерий колледжа, где застрелил двух своих товарищей и ранил 22! Джулия Мария Мид в ноябре 1996 года позвонила в службу спасения «911», умоляя полицейских приехать и убить ее. В противном случае она грозилась сама покончить с собой. Когда полицейские прибыли, Мария стала целиться в них из ружья. Вошедшим ничего не оставалось, как открыть огонь. В девушку попало не менее 10 пуль. Один из друзей Джулии говорил, что она собиралась устроить расстрел в школе, и видел, как она принимала какие-то таблетки. Врачи уточнили: Джулия четыре года принимала прозак!

Согласно данным телевизионной компании Си-эн-эн, в 1996-1997 годах примерно 10 процентов американских школ были поражены вирусом подростковой преступности. Она проявлялась в грабежах, изнасилованиях и убийствах. В этот жердь входят посягательства школьников на собственную жизнь.

«Журнал нервных и психических заболеваний» (США) утверждал в 1996 году, что «несмотря на массу официаль-

ных свидетельств относительно слабой лечебной эффективности антидепрессантов, которая фактически не превосходит пресловутого эффекта плацебо (пустышки), они продолжают широко использоваться в медицинской практике». Известен случай, когда 10-летний мальчик, впавший в депрессивное состояние, принимал по предписанию доктора антидепрессант прозак. В результате он стал проявлять «гиперактив-

ность, повышенную возбудимость и раздражительность». Кроме того, у него возникла мания величия и вседозволенности. На этой почве пациент позвонил незнакомому человеку и пригрозил убить его. После прекращения приема «лекарства» симптомы аномального поведения исчезли.

Возникает вопрос, почему же американские средства массовой информации не вызывают тревогу по поводу поразительной статистики, убедительно показывающей зависимость школьной преступности от лечения подростков и юношей антидепрессантами? Более того, Американское Управление по контролю за качеством пищевых продуктов и медикаментов выдало лицензии и сертификаты на антидепрессанты как на «безопасные и эффективные медицинские средства». Ответ очевиден: пресса, радио и телевидение опасаются бросать тень на фармацевтические компании, выпускающие антидепрессанты. А врачи побаиваются подавать свой голос против порочной медицинской практики, поскольку это может стоить им карьеры и профессиональной репутации. На любое выступление такого рода обрушатся «высокопоставленные эксперты», щедро оплаченные теми же акулами фармацевтического мира.

Комментируя побочные эффекты от приема антидепрессанта прозак, уже упоминавшийся выше психиатр Петер Брегин заметил: «С самого начала было ясно, что некоторый процент пациентов, принимающих прозак, обязательно становится психопатами».

По материалам зарубежной прессы.

«Я страдаю гипертонической болезнью. На улице в морозный день у меня сильно болит голова. Не может ли это привести к инсульту?»

Головная боль на морозе

В. Черников

На морозе возникает спазм поверхностных сосудов головы. А чтобы вследствие этого не нарушилось кровоснабжение головного мозга, из сосудо-двигательного центра поступает соответствующий приказ к другим, более глубоким сосудам, и они расширяются. Внезапное сокращение одних сосудов головы и расширение других у некоторых людей и вызывает рефлекторно головную боль.

У страдающих гипертонической болезнью стенки сосудов почти постоянно находятся в состоянии повышенного тонуса, и поэтому у таких больных в морозные дни чаще возникает головная боль.

Могу сразу же вас успокоить: головная боль, вызванная спазмом поверхностных сосудов головы, не опасна и к инсульту привести не может, так как в основе этого тяжелого заболевания лежит спазм или тромбоз сосудов головного мозга.

Чтобы предупредить возникновения головной боли в морозную погоду, советуем за 10—15 минут перед выходом

из помещения на улицу принять одно из спазмолитических (снимающих спазм) средств, которое вам назначил врач. Надо также систематически, а не раз от разу, не только в периоды подъема артериального давления, принимать прописанные лечащим врачом сосудорасширяющие препараты, чтобы добиться стойкой нормализации артериального давления.

Кроме того, выходя на улицу в сильный мороз, надевайте шерстяной платок, а поверх него — теплую шапку. Тогда вы утеплите не только голову, но и шею, где расположены сосуды, несущие кровь к голове. Кстати, и здоровым людям постоянно ходить в мороз без головного убора чрезвычайно вредно. Многократно повторяющийся спазм сосудов кожи волосистой части головы приводит в конце концов к выпадению волос.

Спазм кровеносных сосудов кожи лица можно предупредить, смазывая ее перед выходом на улицу в морозную погоду гусиным или любым другим животным жиром.

«В последнее время у меня стала побаливать печень. Чем ей можно помочь?»

И. Корнеева,
г. Смоленск

Чем помочь печени?

Мы не можем вот так, заочно, давать вам рекомендации, не зная характера заболевания. Народная медицина для поддержания печени рекомендует в разгрузочные дни пить морковный сок, сок из сельдерея, петрушки. Можно также полстакана капустного сока смешивать с таким же количеством сока из свежих помидоров. Пить соки нужно довольно длительное время. Эффект получается поразительный. Свои результаты дает и диета.

«Стоит ли по поводу искривления носовой перегородки обращаться к врачу?»

В. Филиппов

Носовая перегородка состоит из хрящевой ткани в передних отделах носа и костной — в задних. Она почти полностью покрыта слизистой оболочкой, а небольшой ее участок у самых ноздрей — кожей. В этом месте можно прощупать носовую перегородку, которая разделяет носовую полость на две половины. Каждая половина полости носа в идеальных случаях почти соответствует противоположной.

Однако встречаются люди, у которых носовые ходы различные. Одной из причин этого является деформация носовой перегородки, которая может быть следствием аномалий развития, наличия на ней шипа, костного гребня, а также результатом травмы носа. Определенную роль в возникновении деформации носовой перегородки играют и воспалительные процессы в ней.

Деформация носовой перегородки не так безобидна, как может показаться на первый взгляд. Она нередко становится причиной головной боли, быстрой утомляемости, тяжести в затылке.

Деформация носовой перегородки

В других случаях деформация носовой перегородки может оказывать неблагоприятное влияние на состояние бронхо-легочной системы, что проявляется хроническими бронхитами, воспалениями легких, бронхиальной астмой.

У людей с деформацией носовой перегородки и нарушением дыхания в 1,5 раза чаще отмечается развитие гипертонической болезни. Длительное нарушение носового дыхания отрицательно сказывается на деятельности органов желудочно-кишечного тракта, вызывая уменьшение секреции желудочного сока и щелочности — кишечного. Замечено также, что у людей, имеющих деформацию носовой перегородки, как правило, понижаются обоняние и слух, бывают носовые кровотечения.

Таким образом, деформация носовой перегородки не пустяк, и при наличии у больных вышеперечисленных симптомов целесообразно обратиться к оториноларингологу. Единственным методом лечения данной патологии является операция. Ее делают в любом возрасте.

Чай с молоком действует как снотворное.

«Мне

Звезда

Предстоящие две недели - это время серьезного подхода к делу и взвешенных решений.

Скорпалительность и необдуманность в делах как никогда вредны. В это время в бизнесе обостряется до предела конкуренция, те же тенденции проявляются между сослуживцами, стремящимися продвинуться по карьерной лестнице. При проведении переговоров и во время важных встреч имеет смысл придерживаться сдержанно-вежливой манеры

поведения. Менять планы и импровизировать на ходу лучше не стоит, если только это не тщательно подготовленная

«импровизация», которая может принести успех.

В неформальном общении будет наблюдаться особенно сильное

притяжение полов, многих людей посетит «зуд

сексуальности», что чревато

возникновением бурных и

страстных романов. Однако

стоит иметь в виду -

репродуктивная сфера как

мужчин, так и женщин

сейчас наиболее уязвима,

в том числе и для

венерических болезней.



Для Овнов этот период пройдет неоднозначно: будет много разноплановых событий. Возможно возвращение чего-то или кого-то давно забытого. Стоит позаботиться о состоянии своего здоровья, особенно чреваты последствиями нервные перегруз-

ки. Период не слишком благоприятен для заработков, кому-то из Овнов, правда, может повезти с наследством.

Для Тельцов очень актуальной станет тема партнерства, а также, в широком смысле, вообще - проблема отношений с окружающим миром. Некоторым из Тельцов грозят судебные тяжбы. Благоприятный период для учащихся Тельцов.



Близнецы будут озабочены своими служебными делами, им, так же как и Овнам, стоит побережь себя от перегрузок - это сразу же скажется на состоянии здоровья. В целом - благоприятный период для тех представителей знака, которые делают ставку на карьеру.



У Раков - насыщенный период новых знакомств и общения. Холостые Раки, будьте внимательны - кто-то из вас среди новых друзей может встретить свою половинку. Стоит позаботиться о своей половой сфере, так как она, как и у Скорпионов, подвержена различным заболеваниям в эти дни.



Львы будут активно решать проблемы своего дома, места жительства, а также те, что связаны с местом работы и социальными. Иммунные и физические силы у Львов несколько ослаблены, поэтому стоит позаботиться о себе.

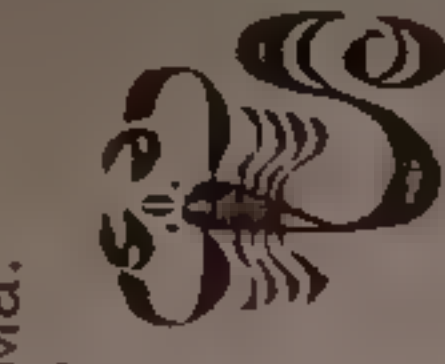


У Дев-родителей их чада потребуют усиленного внимания, особенно придется озаботиться проблемами учащих детей. Помогите им подтянуться в учебе перед каникулами, и в дальнейшем это значительно скажется на их успеваемости. Бездетные Девы имеют сейчас шанс перестать быть таковыми - у представителей этого знака велика вероятность зачатия. В целом для родившихся под этим знаком дни пройдут в большой суете, возможны поездки.

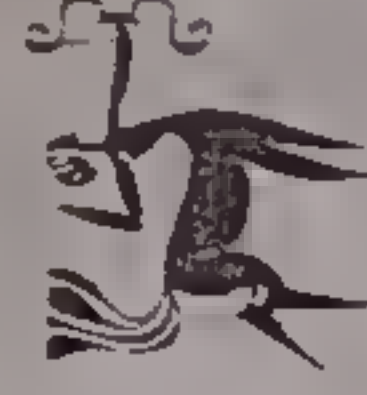


Для Весов этот период пройдет более спокойно. Они могут приложить усилия в сфере зарабатывания денег или приобрете-

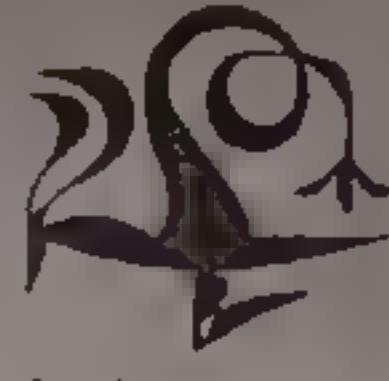
ния недвижимости - сейчас самое время. У многих предстоящих этого знака в предстоящие дни дома ожидается наплыв и тежка гостей - желанных и не очень, но в целом - много общения у себя дома.



Скорпионы ощутят прилив сил и энергии, также они будут как никогда привлекательны для противоположного пола. Однако представителям этого знака не стоит бросаться в омут страстей с первым приглянувшимся партнером - их половая сфера сейчас наиболее уязвима и подвержена инфекционным заболеваниям. В целом эти дни хороши для воплощения всевозможных далеко идущих планов.



Стрельцы в преддверии праздников ощутят себя в центре внимания, будут обаятельны и остроумны как никогда. Вероятно, особенно дальних или общения с иностранцами или иностранными культурами. На любовном фронте временное затишье.



Козероги могут рассчитывать на свою деловую хватку и свой интеллект. В эти дни они будут особенно коммуникабельны, красноречивы и сумеют привлечь на свою сторону многих людей. Как понимаете, все вышеописанное хорошо для тех, кто в той или иной степени ожидает продвижения по службе или заинтересован в переменах в лучшую сторону по работе. Именно работа и карьера станут доминирующей темой для этого знака в предстоящий период.



Многие из Водолеев ощутят себя в «своей стихии» в эти дни. Их интеллект будет востребован, они могут рассчитывать на публичное внимание, а также на благосклонность начальства. Единственный совет - не стоит спорить с начальством, поскольку все позитивные усилия могут пойти насмарку.



Многих Рыб посетит ностальгия за дальними странами или попросту желание уехать куда-то на время, сменить обстановку. Если есть такая возможность - пойдите навстречу этому желанию, вы отдохнете с пользой для своего здоровья и своей души.

Улыбка на ладошку...»

Прогноз по дням месяца:

16 - Удачный день для **Козерогов** и **Рыб**, для всех остальных знаков это также день, который можно провести с пользой для тела и для души.

Очень благоприятное время для всевозможных косметических процедур, а также для знакомства с романтическим продолжением.

17 - **Весам** сегодня поможет в делах их прирожденное чувство такта, **Овнам** стоит подумать о дипломатическом решении сложившейся ситуации, поскольку они сегодня будут особенно раздражительны.

18 - Сегодня позволительно дать отдых своей душе, но не при помощи алкоголя и телевизора. Лучше сходите в театр, на выставку или подобное мероприятие, которое доставит вам эстетическое удовольствие. Особенно хорошо, если вы пойдете туда с детьми.

19 - Сегодня беспокойный день. Большинство людей будут подвержены нервности и взвинченности, в большей степени это коснется **Скорпионов** и **Водолеев**. Позитивный момент сегодняшнего дня - новые идеи, казавшиеся ранее не слишком реальными, могут воплотиться в жизнь.

20 - День благоприятный для домашних работ, общения с близкими родственниками. **Раков** ожидает сегодня особенно насыщенный событиями день. Страдающим хроническими желудочно-кишечными заболеваниями показана лечебная диета (но ни в коем случае не голодание!).

21 - Сложный день для общения и взаимопонимания. Различные договоренности и составление документов лучше отложить на потом. Отдохните и займитесь семьей или домом.

22 - Хороший день для представления каких-либо идей или новшеств публике или вашему начальству. Вышестоя-

щие органы сегодня и завтра как никогда более благосклонны к просьбам.

23 - Благоприятный день для **Львов**, **Овнов** и **Стрельцов**. Наступает позитивный период для **Козерогов**, они могут воплощать глобальные планы своей жизни.

24 - День повышенной конфликтности, а также травмоопасный день. Требуется осторожность в обращении с электроприборами, а также с огнем и режущими предметами. Постарайтесь не провоцировать близких людей на конфликты, тогда день пройдет более спокойно.

25 - Очень хороший день для **Козерогов**, **Дев** и **Тельцов**. Благоприятны занятия рутинными делами, уборкой, а также завершением дел, которые требуют внимательности вплоть до мелочей.

26 - Сегодняшний день потребует от большинства людей серьезного настроения на работу. Легкомыслие и небрежность могут повлечь за собой плачевные результаты. Некоторые люди сегодня могут воспринимать происходящее с пессимистической точки зрения, но минует этот день, и пройдет такое настроение. Тем, кто подвержен простудам и ревматическим болям, стоит сегодня больше внимания уделить своему здоровью.

27 - Неплохой день для покупок одежды, украшений, предметов искусства и антиквариата. Сегодня можно пригласить гостей - день благоприятен для дружеского общения.

28 - В противоположность предыдущему дню сегодня рекомендуется ограничить круг общения и, по возможности, не планировать на сегодня никаких договоренностей. День не отличается повышенной конфликтностью, однако найти общий язык и взаимопонимание сегодня будет сложно.

29

- Совпадение нынешнего влияния планет и предпраздничного настроения в ближайшие два дня, вероятно, сыграет с нами злую шутку: возможно возникновение скоротечных романов с бурной вспышкой страсти и разочарованием в последствии, прибавьте еще к этому высокую подверженность людей «неприличным инфекциям» в предпраздничные дни - кажутся, стоит задуматься о том, где и с кем встречать Новый год. День обещает быть плодотворным для **Скорпионов**, **Рыб** и **Раков**.

30 - День очень благоприятен для общения, поездок, договоренностей и т.п. Все должно идти «как по маслу», люди легки на подъем и очень сговорчивы. Благоприятный день для **Стрельцов**.

31 - Сегодняшний день (в отличие от его предшественника год назад) очень неплох для встречи праздника. Люди общительны, в основном доброжелательны. Не проводите этот день в одиночестве, даже если у вас депрессия, постарайтесь вырваться из привычного круга, придумайте что-нибудь оригинальное - и этот праздник оставит надолго теплые воспоминания в вашей душе. Предполагается, что в этом году будет больше, чем обычно в такие праздники, празднующихся или вовсе забывшихся нетрезвых граждан.

Астролог ВЕГА

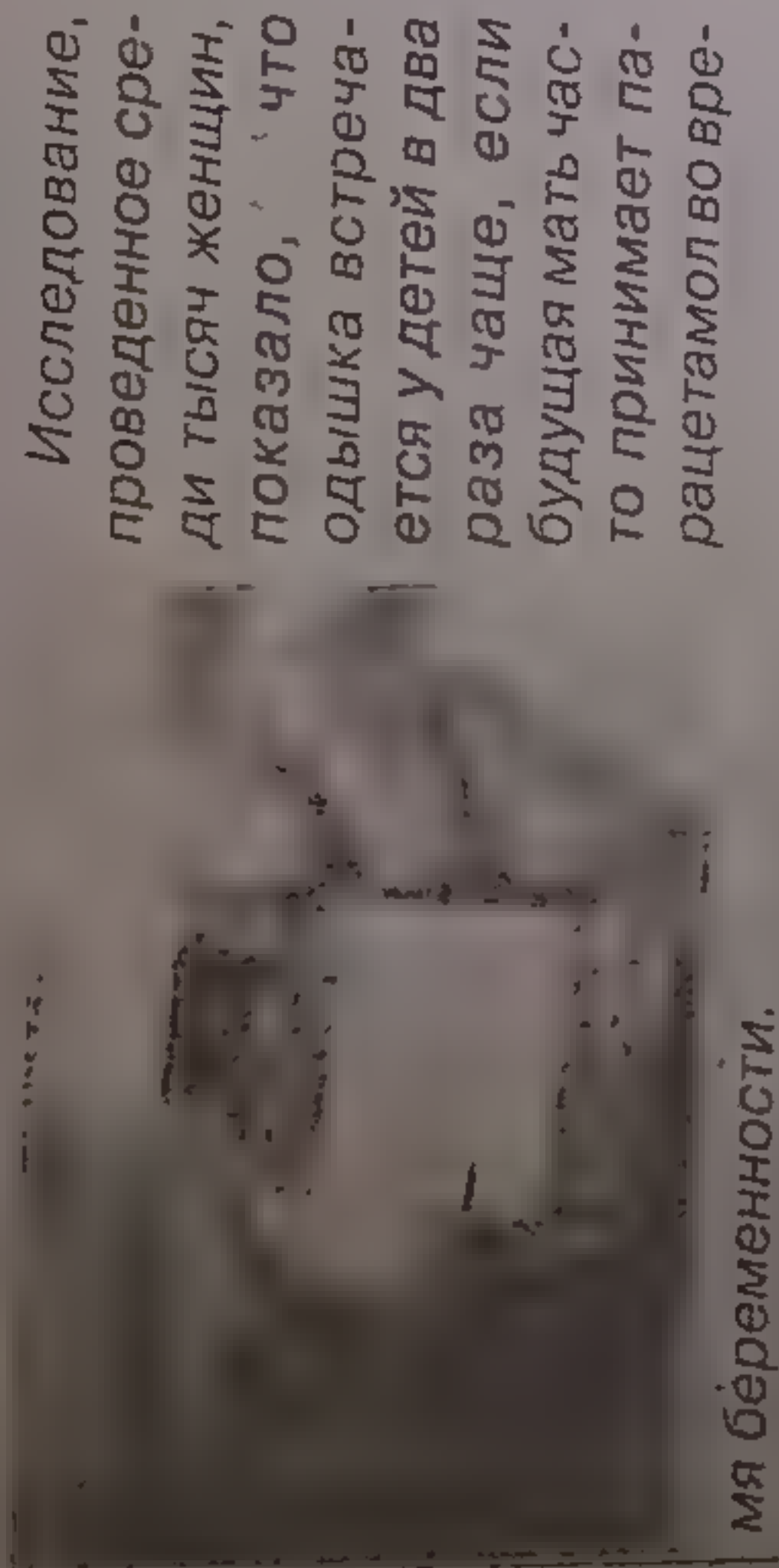
ОМОЛАЖИВАЮЩИЙ МАССАЖ ЛИЦА

Раньше всего морщинки появляются вокруг глаз и рта; кожа там нежная, а в минуты волнения, нервного напряжения мы незаметно для себя начинаем гримасничать и этим портим кожу. За медлительный процесс поможет укрепляющий массаж лица, который вы можете сделать сами. Вечером, очистив кожу от макияжа, станьте перед зеркалом и медленно выразительно произнесите вслух: «а-а-а», «о-о-о», «у-у-у». Вы сразу почувствуете, как заработали мышцы вокруг рта. Делайте упражнение каждый вечер, и кожа станет гладкой.

Гнев порабощает и унижает даже достойнейшего человека.

Прием парацетамола беременными приводит к астме у ребенка

Употребление парацетамола во время беременности повышает риск развития у ребенка нарушений дыхания.



Исследование, проведенное среди тысяч женщин, показало, что одышка встречается у детей в два раза чаще, если будущая мать часто принимает парацетамол во время беременности.

Одышка не всегда предшествует бронхиальной астме, однако является фактором риска.

Тем не менее эксперты продолжают утверждать, что парацетамол является самым безопасным болеутоляющим для беременных.

Частым употреблением врачи считают прием аспирина или парацетамола почти каждый день.

Среди опрошенных только 1 процент женщин принимали анальгетики так часто.

Частый прием парацетамола в последнюю половину беременности был связан с удвоенным риском появления одышки у ребенка.

Исследователи предположили, что один из прогностов распада в высоких дозах может оказывать токсическое действие на печень и почки.

Опыты на животных также показали, что высокие дозы вещества могут повредить дыхательные пути. Тем не менее не было обнаружено достоверных свидетельств того, что это вещество может повредить развивающиеся легкие плода.

Авторы статьи сообщили, что при редком употреблении парацетамола связи с одышкой не выявлялось, поэтому он до сих пор остается самым безопасным обезболивающим.

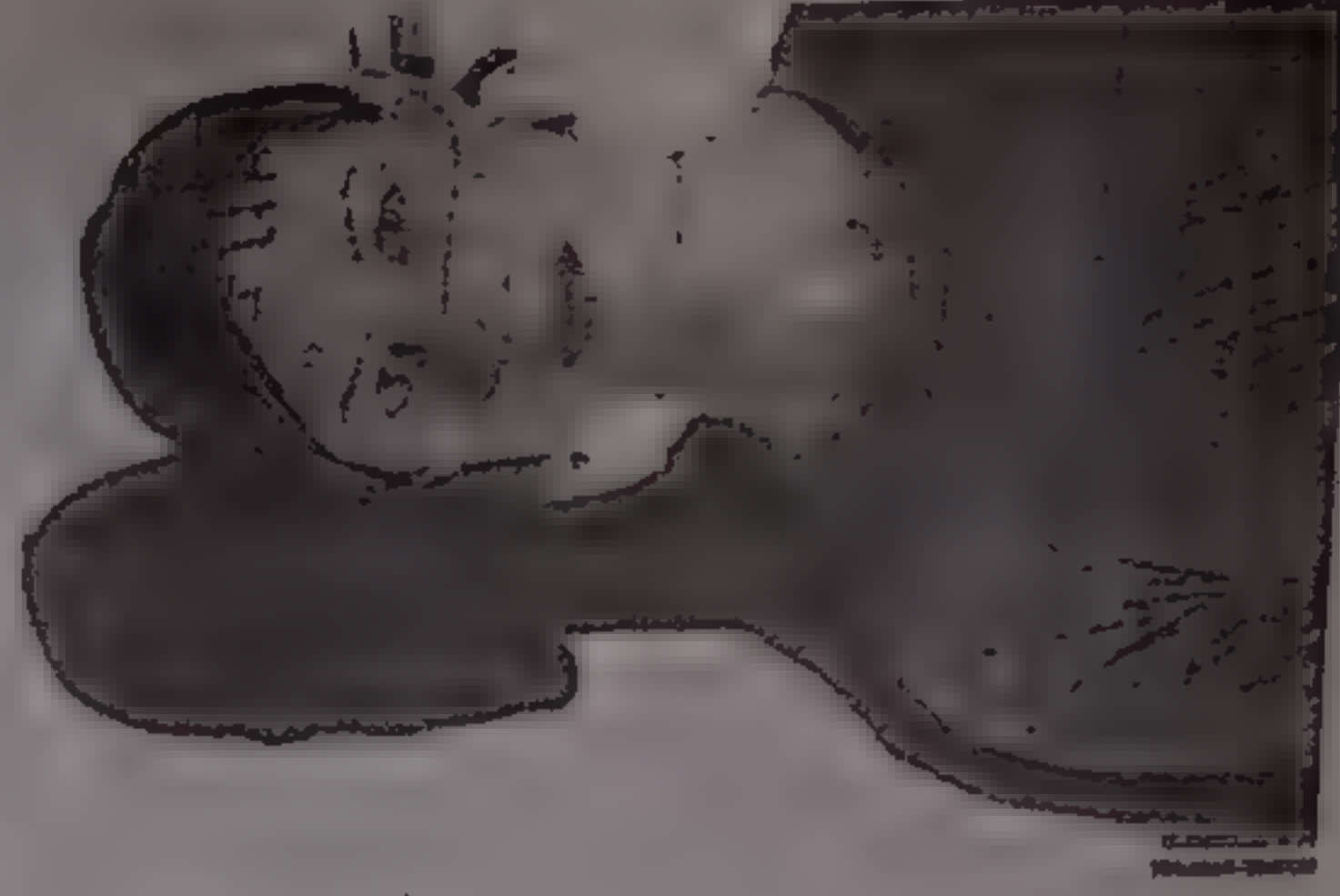
«Это одно из первых исследований, подтверждающих связь между приемом парацетамола во время беременности и одышкой у ребенка. В этой области необходимо провести дополнительные исследования для выяснения дозировки и частоты приема парацетамола. Тем не менее этот препарат остается самым безопасным обезболивающим для беременных женщин. В этом исследовании лишь малая часть опрошенных принимала парацетамол ежедневно или почти каждый день. Несмотря на это, я рекомендую беременным женщинам быть осторожнее и консультироваться со своим лечащим врачом», — прокомментировал результаты этого исследования доктор Дэниел Харди из британского торакального общества.

Новое устройство, которое вводит лекарство при помощи ультразвука, делает ненужными постоянные инъекции инсулина для больных с сахарным диабетом. Сама идея такого метода введения медикаментов уже реализовывалась, однако новые технологии, примененные для создания прототипа устройства учеными из Университета штата Пенсильвания, позволили сделать его во много раз меньше.

Диабетиков будут лечить ультразвуком

Один из авторов исследования - доктор Надин Бэри Смит заметила: «Новый ультразвуковой прибор, который работает на той же частоте, что и доступные сейчас устройства для введения лекарств, размером приблизительно четыре на четыре сантиметра и весит менее 30 граммов. Существующие аналоги используют датчик длиной около 20 сантиметров, который весит около килограмма».

Эксперименты, проведенные с человеческой кожей и подопытными крысами, показали, что с его помощью вводятся достаточно эффективные дозы инсулина. Как заявила доктор Смит, двадцатиминутная работа устройства давала такой же результат, как и шестидесятиминутная. «Мы надеемся, что в итоге нам удастся настроить устройство так, что достаточным будет введение в течение одной-пяти минут», - рассказала она.



Ключевой деталью нового устройства являются специальные ультразвуковые излучатели, сконструированные профессором Робертом Ньюнхемом. Они состоят из пьезокристалла, заключенного между двумя титановыми наконечниками в форме тарелок. В прототипе нового устройства используется четыре таких датчика. Он излучает волны почти в диапазоне слышимого звука, направляя препарат в кожу.

Как полагают, этот метод может быть с успехом использован и для введения других лекарств помимо инсулина, например гормонов, болеутоляющих или лекарств от астмы и СПИДа.

ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ

СРЕДСТВО ОТ КРАСНЫХ ПЯТЕН

Статья «Исцеляющая сила – лечебная грязь озера Чокрак» привлекает внимание читателей, особенно читательниц. Я тоже прочитала в вашей газете о грязи оз. Чокрак, заказала себе и делала рекомендуемые маски.

Дело в том, что у меня часто, особенно весной и осенью, появляются на лице, шее, руках, груди, ногах красные пятна, гнойнички. Появляются они и от приема некоторых лекарств: например, когда я пью пирасетам, я покрываюсь пятнами размером в копеечную монету. Пыталась пользоваться травами, но мне ничего не помогло.

Наконец я прочла в «СД» небольшой материал о грязи озера Чокрак и купила ее себе. Сделала маски по рекомендации. И уже после трех масок началось улучшение: пятна, гнойнички, шелушащаяся кожа на ногах стали бледнеть и к концу лечения (10 масок) исчезли совсем. Сейчас у меня чистая, гладкая кожа. Я не переживаю, когда мне надо, как говорится, выходить на люди, за что я очень благодарна редакции.

Наталья

Афиногенова,
г. Днепрпетровск

«Мне помогает люстра Чижевского»

С детских лет я болел, часто пропускал уроки, организм мой был очень слаб: простуды бесконечные, температура до 40 градусов, болело горло. Это было постоянно, прямо по какому-то невидимому графику. Взрослел я, и выросли мои болезни.

Точно так же происходит и с моим сыном. Мальчик вял, всегда низкое давление, пошаливает сердечко, часто подвергается простудам.

Долго мы мыкались, пока не прочитали в «СД» о чудо-люстре Чижевского. Теперь я могу подтвердить: действительно это чудо-люстра, люстра,

дающая нам здоровье и, естественно, радость и счастье. Мы с сыном забыли о своих болезнях, нас ничто не беспокоит. Теперь, слава богу, нам не нужны больницы, санатории и профилактории с их сумасшедшими ценами. Одна люстра Чижевского этого всего стоит.

Спасибо редакции за помощь, за люстру. Вы помогаете людям и очень им нужны!

Всего вам самого доброго.

С низкими поклоном

Игорь Донченко,

г. Полтава

Ф. СП-1

КАТАЛОГ АГЕНТСТВА «РОСПЕЧАТЬ»

АБОНЕМЕНТ

на газету
журнал

(индекс издания)

«Самоисцеление и долголетие»

Количество
комплектов:

1

на год по месяцам:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

Куда

(почтовый индекс)

(адрес)

Кому

(фамилия, инициалы)

ДОСТАВОЧНАЯ КАРТОЧКА

на газету
журнал

(индекс издания)

«Самоисцеление
и долголетие»

Стои-
мость

подписки
пере-
адресовки

руб. коп.
руб. коп.

Количество
комплектов:

1

на год по месяцам:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

Куда

(почтовый индекс)

(адрес)

Кому

(фамилия, инициалы)

ПРИГЛАШАЕМ К ДИАЛОГУ

МЕЧТА «ТОЛСТУШКИ»



Центр «Мечта толстушки» работает по методикам, разработанным доктором **Нонной КУХИНОЙ**, базирующимся на применении солей морской воды, эфирных масел, фитопродуктов, минералов Мертвого моря, для достижения желаемого веса с помощью иммунной системы.

Ни для кого не секрет, что начинать необходимо с **очищения организма от шлаков, глистных инвазий, микробов и инфекций**, часто являющихся причиной серьезных болезней, о которых человек не подозревает.

Выявить это поможет **КОМПЬЮТЕРНАЯ ДИАГНОСТИКА**, которая и поможет сделать **ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ** подбор средств для очищения, нормализующих обменные процессы и вес.

Стоимость - от 40 до 100 грн (в зависимости от объема исследований.)

Адрес: г. Донецк,
ул. Челюскинцев, 117

Тел. (0622) 90-48-76

Тел. (062) 342-02-51

Per № 04053157 Ф 0021915 п. 22.04.2002 г.

Я обращался в центр «Мечта толстушки» с проблемой веса, но главной моей проблемой была (как выяснилось после компьютерной диагностики) мочеполовая система. Благодаря препаратам компании «Доктор НОННА» все проблемы ушли давно в небытие.

Но самое главное, там есть удивительные соли Мертвого моря. Сейчас осень, ожидается эпидемия гриппа - защитите себя, своих детей и близких при помощи этих солей.

**Это недорого,
натурально, эффективно.**

Звоните, я поделюсь опытом и секретом.

ПРИЗЫ ПОДПИСЧИКАМ!

Нетрадиционная медицина

САМОИЩЕЛЕНИЕ
ДОЛГОЛЕТИЕ

Люстры Чижевского

Тел.: (0622) 55-56-11

Основана в 1994 году, выходит 2 раза в месяц

Подписной индекс:

41332

БЕСПЛАТНЫЕ ЗАОЧНЫЕ КОНСУЛЬТАЦИИ

о здоровье,
бизнесе
в Центре
оздоровления
и трезвости

САМОИЩЕЛЕНИЕ
ДОЛГОЛЕТИЕ

Основана в 1994 году, выходит 2 раза в месяц

Подписной индекс:

СПЕЦВЫПУСК

проверенные рецепты здоровья

777

Подписной индекс

23320

и не только!

Путевки на отдых

Любителям

играть в лотерею
- консультации
экстрасенса

газета для
ХОЗЯЕК

Подписной
индекс -
33767

«Я ХУДЕЮ, ХУДЕЮ...»

Очень давно маюсь по причине излишней полноты: мой рост 168 см, а вес 95 кг был до недавнего времени. Пришло время, когда с этим можно бороться. Но я попыталась и обожглась: приобрела таблетки, а они на меня оказали плохое воздействие. Я, конечно, расстроилась и не знала, что мне делать. Вспомнила о пароле «Снижение избыточного веса» и решила купить его: глотать не надо, буду рассчитывать на него. По-моему, впервые в жизни я угадала, вернее, правильно решила свою проблему. Я всего-навсего несколько раз попользовалась паролем и потеряла первые 10 кг. На душе весна: птицы запели, солнце засияло. Тогда я интенсивнее принялась за пароль. В общем, за три месяца я потеряла в весе 27 кг. А это для меня многое значит.

Дорогая редакция! Спасибо тебе за помощь. Я очень рада, что выписываю газету «Самоисцеление и долголетие», буду постоянным твоим подписчиком. И обязательно на 2003 год выпишу и другие твои газеты - для здоровья и «777». Твои газеты приносят людям радость. Спасибо тебе, успехов и здоровья твоим сотрудникам.

Виктория
Малышева,
г. Санкт-Петербург

ПОЛЕЗНАЯ СТРАНИЧКА

КОНКУРС ДЛЯ ПОДПИСЧИКОВ УСЛОВИЯ

Участвуют читатели газеты, подписавшиеся не менее чем на 6 месяцев.

1. Необходимо собрать отрывные талоны газет с №19 по № 24 за 2002 год (итого 6 штук.).

2. Заполнить произвольно клеточки ☒ ☐

ОТРЫВНОЙ ТАЛОН

№ 23

3. В 24 номере будет опубликован **особый купон**, который необходимо в произвольном порядке заполнить, наклеить все отрывные талоны и выслать в редакцию по адресу: **83087, г. Донецк, а/я 2314, (в России - 111141, г. Москва, а/я 473, Краснобельмова Н.Б.)** вместе с копией квитанции о подписке.

4. Все победители будут награждены главным призом: «ЛЮСТРОЙ ЧИЖЕВСКОГО».

Дорогие читатели!

Чтобы купить предлагаемые нами товары для здоровья, вам необходимо выслать почтовым переводом необходимую сумму по адресу: **83087, г. Донецк, а/я 2314, получатель - Колесник К. С.** На почтовом переводе указать: за что оплачено, сумма, обратный адрес и телефон. Ниже приводим таблицу цен.

Получение в течение	15 дней	40 дней
	Цена	
1. Люстра Чижевского	480 грн	450 грн
2. Грязевые маски озера Чокрак	20 грн	
3. Йод-актив	20 грн	

Уважаемые наши читатели!

В адрес нашей редакции пришло более 10 тыс. писем с просьбой выслать газету с фотографией ясновидящего Владимира СОЛОМИНА. Отвечаем всем сразу: газеты мы не высылаем. Вы скажете, что она приносит удачу в делах и здоровье и вам необходимо, но... газету мы не имеем возможности высылать. Календарики с фотографией В. Соломина и его личным напутствием, а также счастливым числом именно для вас - пожалуйста.

ВСЕ УСЛУГИ ПЛАТНЫЕ

1. Фото с числом удачи на деньги - 15 грн - 300 руб.
2. Фото на выздоровление - 10 грн - 200 руб.
3. Фото на охрану дома - 20 грн - 400 руб.
4. Фото на защиту от сглаза, порчи, поражения энергетики - 20 грн - 400 руб.

Деньги перечислять по адресу:

В Украине: 83087, г. Донецк, а/я 2314, Колесник Ксения Станиславовна.

В России: 111141, г. Москва, а/я 473, Краснобельмовой Нине Борисовне.

ВНИМАНИЕ! В письмо не забудьте вложить конверт с обратным адресом. Марок должно быть две.

ПАРОЛЬ «НАСТРОЙ НА ВЫЗДОРОВЛЕНИЕ»

Дата рождения

Имя

Пароль

ПАРОЛЬ «СНИЖЕНИЕ ИЗБЫТОЧНОГО ВЕСА»

Дата рождения

Имя

Пароль

ПАРОЛЬ «ДЛЯ ЖЕЛАЮЩИХ БРОСИТЬ ПИТЬ»

Дата рождения

Имя

Пароль

ПАРОЛЬ «ЛЮБОВЬ»

Дата рождения

Имя

Пароль

ПАРОЛЬ «СЧАСТЛИВОЕ ЧИСЛО»

Дата рождения

Имя

Пароль

ПАРОЛЬ «НА ДЕНЬГИ»

Дата рождения

Имя

Пароль

Слова-пароли - это фактор поддержки своего психометрического кредо в момент преодоления тех или иных препятствий в достижении успехов при движении к желанной цели.

Чтобы заработал пароль, он должен быть индивидуален и его лучше четко астрологически и энергетически определить.

Мы можем помочь Вам в этом, если Вы вырежете вышеприведенный купон и вышлете на наш адрес вместе с почтовым переводом на 5 гривень за каждый пароль (в случае заказа трех паролей стоимость составит 12 грн, шести - 22 грн).

Для России: стоимость услуги - 25 руб. за каждый пароль (в случае заказа трех паролей стоимость составит 60 руб., шести - 110 руб.).

Льготы для подписчиков газеты: в Украине стоимость услуги 2 грн за каждый пароль (в случае заказа трех паролей стоимость составит 5 грн, шести - 10 грн). В России 15 руб. за каждый пароль или 25 руб. - за 3 пароля и 48 руб. за 6 паролей. Только не забудьте также выслать копию квитанции о подписке.

Деньги переводить по адресу:

В Украине: 83087, г. Донецк, а/я 2314, Колесник Ксения Станиславовна.

В России: 111141, г. Москва, а/я 473, Краснобельмовой Нине Борисовне.

ВНИМАНИЕ! В письмо не забудьте вложить конверт с обратным адресом. Марок должно быть две.

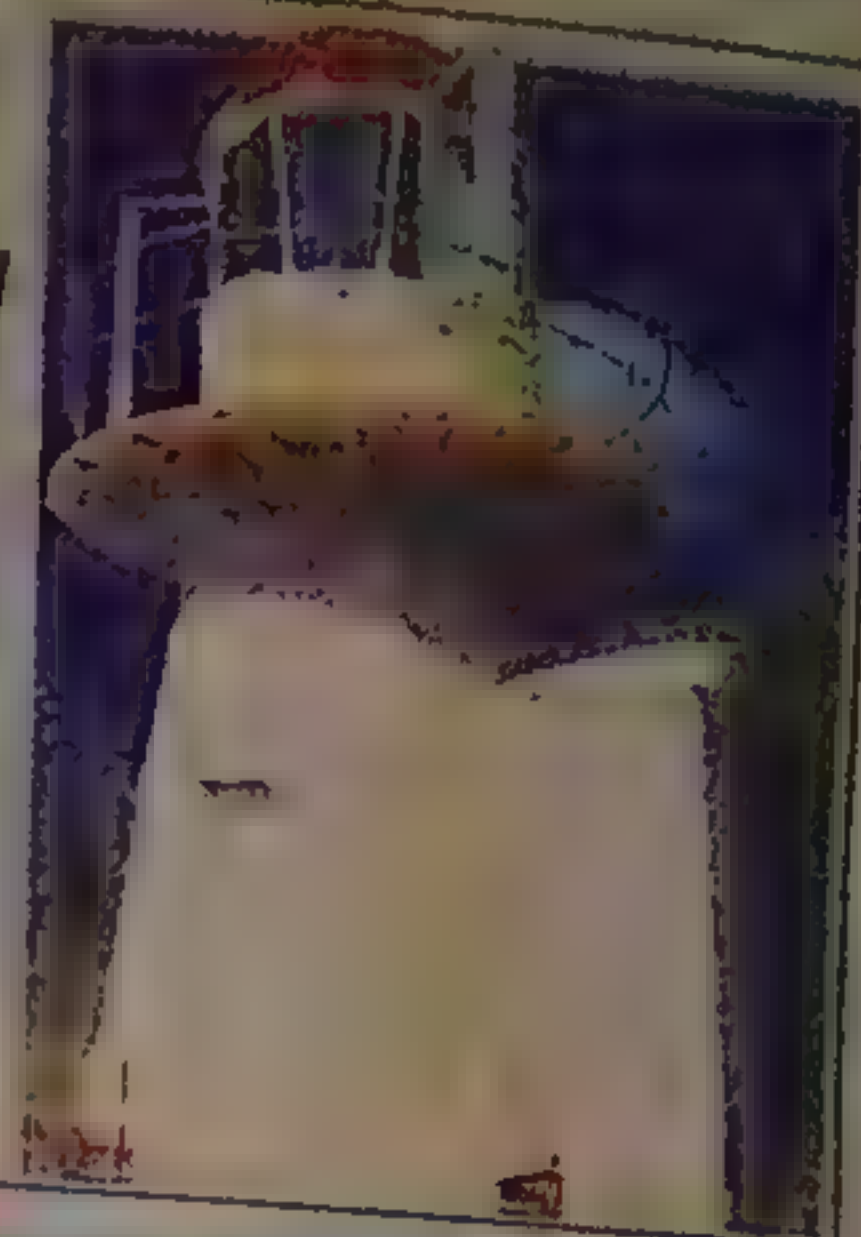
Помните! Что Ваше личное благополучие находится только в Ваших руках, и, используя наши советы, достичь его не составляет особого труда!

МАЯК ПОСРЕДИ СУШИ

ПРАВИТЕЛЬ ДАЛ ВОЛЮ СВОЕЙ СТРАСТИ

Городок Морицбург в Германии поражает своим архитектурным памятником. Это маяк, воздвигнутый на берегу небольшого озера. Как он оказался в сотнях километров от берега моря? Дело в том, что курфюрст, правивший Саксонией в конце XVIII века, был страстным мореплавателем, а

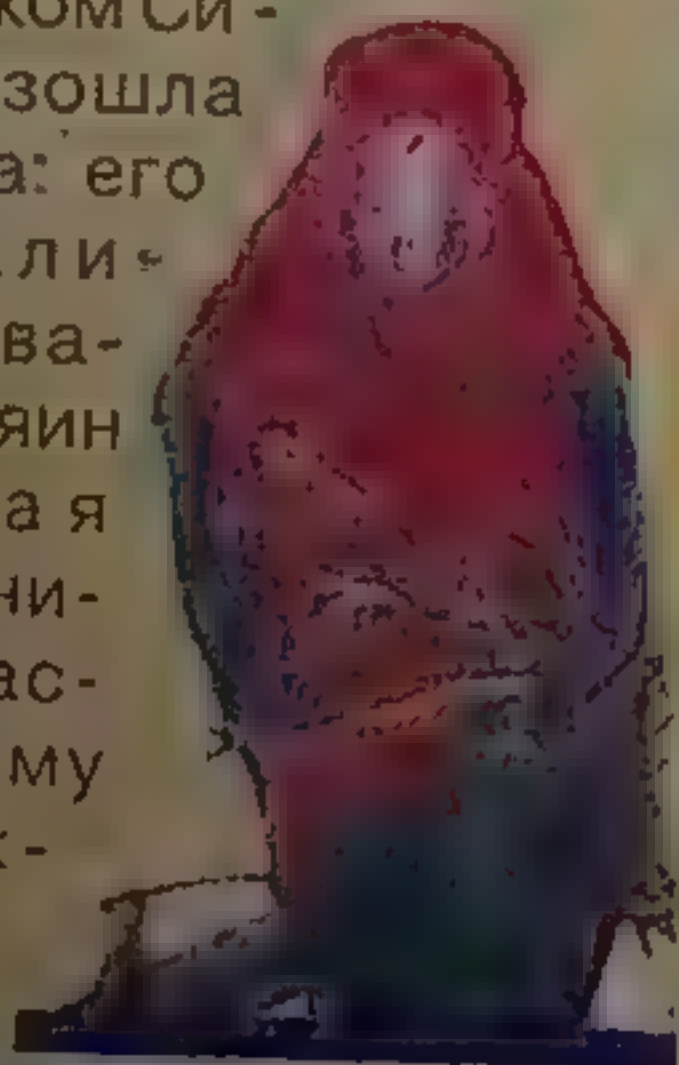
Саксония не имела выхода к морю. Поэтому он приказал построить флот из копий известных судов (по праздникам на озере разыгрывались военные баталии), а также башню-маяк, которой горожане гордятся и теперь: на море-то маяк — обычное дело, а вот посреди суши...



ПТИЦЫ ЦЕНЯТ КРАСОТУ

*Попугай обожает
делать укладку*

На конкурсе красоты среди птиц, состоявшемся в Лондоне, самое пристальное внимание уделялось их внешности. Эрик Лейн из Лямингтона решил добиться победы своего питомца Сида: сбрызнул перышки попугая шампунем, затем промыл каждое в отдельности. Хотя воду Сид недолюбливает, он в восторге, когда ему делают укладку феном. В итоге природная красота и забота хозяина принесли птице победу. А вот с основным соперником Сида произошла накладка: его дисквалифицировали — хозяин попугая сморщился, сматерив его хохолок-парик.



ВИДЕОИГРЫ СНИЖАЮТ

АКТИВНОСТЬ МОЗГА

*Активность мозга людей,
проводящих много времени
за видеоиграми, значительно
отклоняется от нормы*

К такому выводу пришел профессор Акио Мори из Нионского университета (Япония), исследовавший активность предлобных долей мозга 240 человек в возрасте от 6 до 29 лет, в разной степени увлекающихся видеоиграми и просмотром телевизора.

Анализируя полученные данные, Акио Мори обратил внимание на различное соотношение бета- и альфа-ритмов у людей, увлекающихся и не увлекающихся играми.

В настоящее время считается, что предлобные доли мозга отвечают за эмоции и творческие способности человека. При этом преобладание альфа-ритмов в предлобных долях свидетельствует о том, что они бездействуют, а бета-ритмы указывают на активность мыслительного процесса.

Исходя из уровня активности предлобных долей мозга, Акио Мори выделил 4 группы людей: нормальную, зрительскую, полувидеоигровую и видеоигровую. У людей, входящих в нормальную группу и мало увлекающихся видеоиграми, бета-ритмы постоянно преобладали над альфа-ритмами, причем это соотношение не менялось, даже если представители «нормаль-

ной» группы начинали играть. С другой стороны, у игроков, проводящих перед экраном от 2 до 7 часов каждый день («видеоигровая» группа), бета-ритмы практически полностью отсутствовали. У представителей «полувидеоигровой» группы, которые проводили за играми 1-3 часа в день до 4 дней в неделю, соотношение альфа- и бета-ритмов было примерно равным. Однако как только дело доходило до игр, альфа-ритмы быстро выходили на первое место.

Представители же зрительской группы оказались весьма склонными к переходу в «видеоигровую» категорию.

Кроме различий в активности мозга Акио Мори отмечает неадекватность поведения многих поклонников видеоигр: они легко выходят из себя, с трудом могут сосредоточиться и испытывают проблемы при общении с другими людьми. Особенно опасно, по мнению ученого, то, что у наиболее активных геймеров изменения в мозговой активности носят хронический характер. По мнению профессора, следует обратить внимание на высокую популярность игр среди детей и подростков, психика которых находится в стадии формирования.

В Украине: рег. уд. КВ 2847 от 3.10.97
Учредитель и главный редактор КОСТАНДА С. Я.

В России: рег. № 018633 от 25.03.99
Учредитель Мозжухина А.Н.
Издатель и редактор: Краснобельмова Н.Б.
111141, г. Москва а/я 473

E-mail: kostanda@mail.ru; iskra_ua@yahoo.com
<http://www.zona.com.ua/www/index.htm>

Главный редактор КОСТАНДА С.Я.
Отпечатано в "Типографии Михайлова"
Тел. (0-95) 787-94-14 г. Смоленск 31/9569
Тираж 10700 экз. Общий тираж 23 000 экз.

Мнение авторов может не совпадать с мнением редакции. Перепечатка статей — с разрешения редакции.
Рукописи не возвращаются. Просьба: не использовать газету в хозяйственных целях.
Если она вам не нужна, подарите ее друзьям или соседям.

№ 24 декабрь 2002 г.

Медицина. Альтернативный подход

САМОИЩЕЛЕНИЕ ДОЛГОЛЕТИЕ

Основана в 1994 году, выходит 2 раза в месяц

Подписной индекс:

для России 4120

для Украины 76400

ISSN 1024-1204

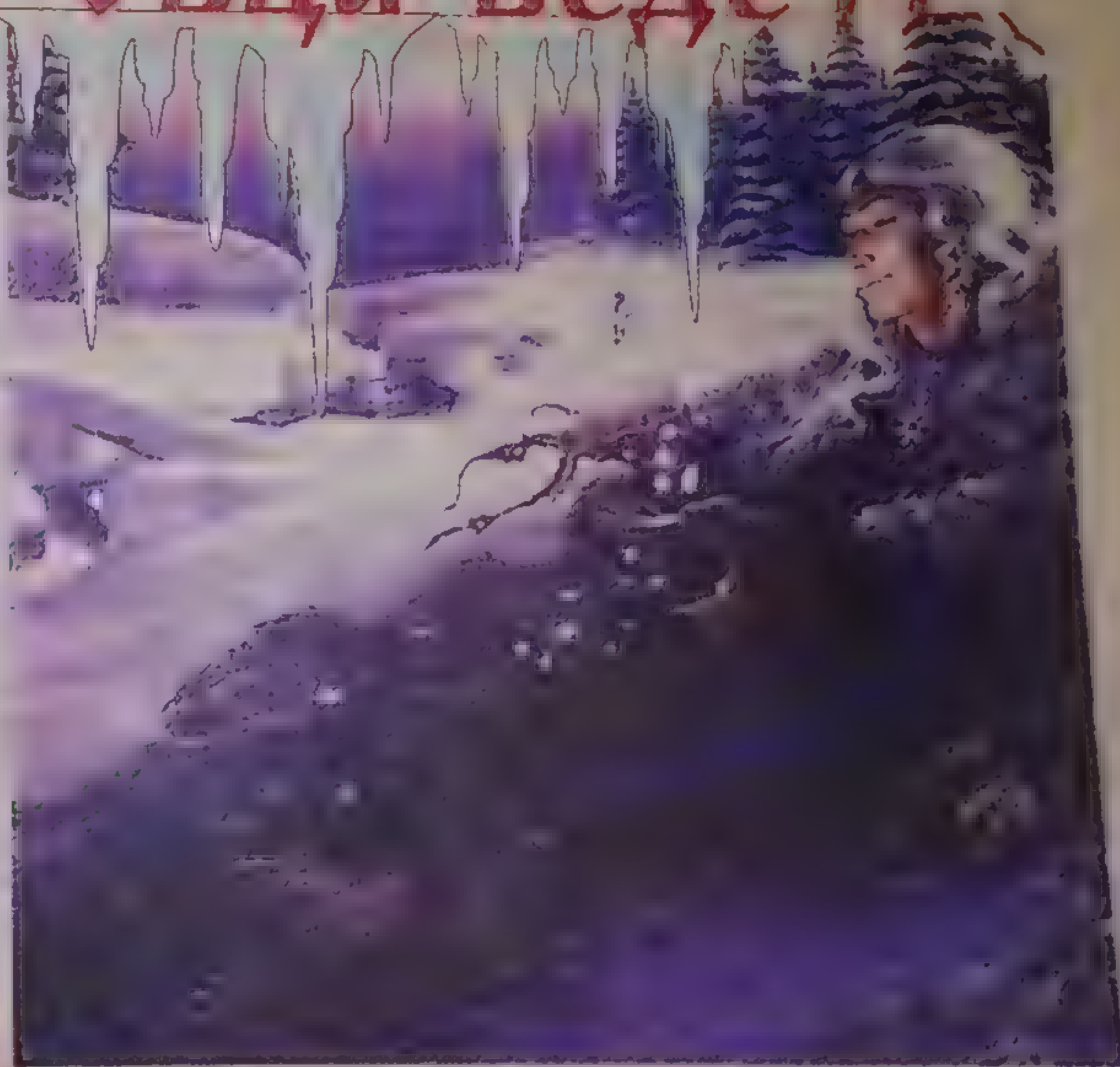
**Веселись честной народ!
Новый Год Овца ведёт!**

Люди-феномены:

**«СНЕЖНЫЙ
МАЛЬЧИК»**

АХ, КАК ЭТО ИНТЕРЕСНО,
ПОДЛЕЧИТЬ БОЛЬНОГО ПЕСНЕЙ

**ЛЕЧИТЕСЬ
РАДУГОЙ!**



**Давайте
гадать
вновь
на
любовь**



**- ОТЧЕГО
ТЫ ПРОСНУЛСЯ
СЧАСТЛИВЫЙ?
- ПРОСТО СОН
Я УВИДЕЛ КРАСИВЫЙ!**

**Судьбу астролог предсказал,
как месяц в небе подсказал**

№ 24 (декабрь) 2002 год
В номере:

Слово редактору	2
Крестный отец.....	3
Новогодние приметы.....	3
Музыка лечит	
Снежный блюз.....	4
Гадания под Новый год	
«Суженый мой, ряженый...».....	6
Дом и здоровье	
Новогодний интерьер.....	7
Переписка с читателями.....	8
Архив долгожителей	
Живите долго!.....	9
Гороскоп	
Рождается петухом.....	10
Кроха	
Как ребенка назовете.....	11
Архив долгожителей	
Ноги - не роскошь.....	12
Онкологические заболевания	
Загрязнения металлами.....	13
Помоги ближнему	
7 вопросов и 7 ответов.....	14
Клуб феноменов	
Снежный мальчик.....	16
Консультации специалиста.....	18
Правильное питание	
Аптека на тарелке.....	19
Здоровье и красота	
Шампунь для Нефертити.....	20
Страна сновидений	
Счастливые сны вашего дома... ..	22
Не позволяй уму лениться!	
Кроссворды, головоломки.....	24
Проверьте себя.....	25
Астрологический прогноз	
на 2003 год.....	26
Предпраздничные хлопоты	
Красота за один день.....	28
Не позволяй уму лениться!	
Ответы на кроссворды.....	29
Приглашаем к диалогу.....	30
Полезная страничка.....	31
Отовсюду понемногу.....	32

Вообще-то речь пойдет не об отце, а о семье. Я назвала свою статью так потому, что на ум пришел сюжет из фильма «Крестный отец»: опасность грозящая одному из членов семьи, заставила остальных забыть об обидах, трениях и т. д., немедленно собраться и сообща защищаться. И не в последнюю очередь им помогло то, что все они занимались одним бизнесом.



Крестный ОТЕЦ

Я считаю, что это очень правильно, так как, в конечном итоге, по-настоящему можно положиться только на семью. А многие люди этого не понимают. Хотя если вспомнить не такие далекие времена у нас были весьма в почете рабочие династии. И не только рабочие. Потому что именно в семье человек приобретает настоящую опору в жизни. Хорошая семья - хорошая опора. Семейный бизнес - хороший бизнес. По телевидению часто транслируют церемонию вручения американской премии «Грэмми». И почти каждый артист публично высказывал благодарность своей семье, родителям. Когда я раньше смотрела такие же передачи, мне казалось, что говорят они в основном на публику. И

вот недавно у меня случилась беда. Я боялась разочаровать моих родных, переложить свои проблемы на их плечи. А оказалось, что я напрасно этого опасалась. Вся семья, наоборот, сплотилась около меня, стараясь изо всех сил защитить и утешить. И тогда я поняла, что слова тех артистов - искренние. Мы нужны своим семьям, а они нам. А еще я поняла, что в газетных публикациях мало уделяем внимания семейным отношениям, от которых не в последнюю очередь зависит психическое здоровье каждого человека и всей нации в целом. Пора гнать в шею вульгарную пропаганду «себя без любви», зазывал от «черного» бизнеса, призывающих «смотреть на мир через стекло бутылки». Потому что все это - мерзость, расчитанная на подмену в человеке всех его моральных качеств каким-то дьявольским суррогатом.

И в преддверии Нового года хотелось бы пожелать всем нашим дорогим читателям в первую очередь счастья в семейной жизни, любви, побольше настоящих, верных друзей и конечно же здоровья, «которое не замечаешь, когда оно есть, а потеряв плачешь».

Ваша Светлана
КОСТАНДА

НОВОГОДНИЕ ПРИМЕТЫ

НОВЫЙ ГОД

НОВЫЙ ГОД — К ВЕСНЕ ПОВОРОТ.

Новый год — одно из самых главных событий в жизни земледельца. По первому дню года старались узнать о характере следующих дней и месяцев, об урожае, о судьбе своей и близких людей в предстоящем году.

* Если на Новый год небо звездное — к урожаю. На Новый год звезд густо — ягоды будут (Пинежье).

* Сильный ветер в этот день обещает урожай орехов, а лунная звездная ночь — урожай гороха и чечевицы.

* Но если ночь будет безлунная и беззвездная, горох и чечевица не родятся, тогда их сеют мало, а то и вовсе не сеют (Тамбовская губ.).

* Если на Новый год зоряно ночью, то горох уродится (Воронежская губ.).

* На Новый год пасмурно — будет пшеница ядреная. (Воронежская губ.).

* В Новый год сильный мороз и малый снежок — к урожаю хлебов, а если тепло и нет снега — к неурожаю.

* Если в Новый год тепло — рожь будет хороша (Урал).

Метут под Новый год под столом, и если есть зерно хлебное — к замужеству.

Если ясно на Новый год, то год прекрасный.

Магия первого дня, любого начала (как начнешь, так и пойдет) послужили основой целого ряда примет, запретов, правил поведения, относящихся к Новому году.



* Если на Новый год что-либо случилось с человеком, то это будет случаться с ним целый год.

* Коли первый день в году веселый (счастливый), то и год будет таков (и наоборот).

* Если на Новый год кто чихает, то к своему благополучию, будет весь год счастливым.

* Если в Новый год гости, то весь год гости (Новгородская губ.).

Особый смысл придавали девушки обычаю одеваться в первый день Нового года во все новое и в продолжение дня несколько раз переодеваться, чтобы у всех всегда были обновы (Псковская губ.).

В Новый год первому покупателю отдают товар за дешевую цену, придерживаясь пословицы «Дорог почин».

Не следует в Новый год платить долги — весь год будешь расплачиваться.

Повсеместно не разрешалось в первый день года выполнять тяже-

лую и грязную работу — иначе весь год пройдет в сплошном тяжелом труде без отдыха.

Если в Новый год постучать в дерево груши или яблони то на этом дереве будет обильный урожай.

Все поздравляли друг друга с Новым годом:

С Новым годом!

Со всем родом!

Чтоб здоровы были,

Много лет жили!

Дети, приплясывая, выкрикивали:

Новый год пришел,

Старый угнал,

Себя показал!

Ходи, народ,

Солнышко встречать,

Мороз прогонять!

6 января - Рождественский сочельник (кутёйник), канун Рождества

НАСТУПАЮТ МОРОЗЫ.
СИЛЬНЫЕ ХОЛОДА СУЛЯТ НАДЕЖНЫЙ УРОЖАЙ.

* Ясные дни — к хорошему урожаю.

* Коли в кутью тропинки черны — урожай на гречу.

* Снег на земле что навоз для урожая.

* Большой иней, бугры снега, глубоко промерзшая земля — к хлебородию.

* Звезды на рождественский кутёйник — к урожаю черники.

* Если звезды редки, то и ягод мало будет.

* Если Млечный Путь на небе полон звезд и светел — к ведру.

* Млечный Путь тусклый — к не-настью.

* Какова в этот день опока на деревьях, таков будет цвет на хлебе.

* Если перед рождественским сочельником случится иней, то хлеб сеют только до Петрова дня (12 июля), а если иней случится после сочельника, то сеют и после Петрова дня.

* За сколько дней до Рождества случится иней, за столько дней до Иванова дня (21 мая) погода будет благоприятна для весенних посевов (Воронежская губ.).

Держись совета сердца твоего, ибо нет никого для тебя вернее его.

СНЕЖНЫЙ

«Я отно-
шусь к кате-
гории тех лю-
дей, для ко-
торых в поня-
тии «Новый год»

заклучен некий мистический подтекст. Уже в декабре меня начинает лихорадить при одном упоминании о приближении Нового года. Я жду полного обновления, резких качественных перемен, я жду обновления моей жизни, близких мне людей и всего человечества. А посленовогодние дни повергают меня в уныние. Песня «Прощание с новогодней елкой» помогает преодолевать постпраздничную хандру.

Ольга Гордова,
г. Белая Церковь».

«Авторская песня... Ее обаяние действует само по себе, без усилий... Собранных разом охватывает волна симпатий к автору, объединяет с ним. Песня под простенькую акустическую гитару прирожденно артистична, в ней улыбается каждое слово, лечит каждый звук. Она обладает гипнотическим даром воздействия. Я очень давно занимаюсь альпинизмом, горным туризмом, горнолыжным спортом, знаю, что лучше любого лекарства для спортсмена - покорителя вершин кружка крепко заваренного, пахнущего дымком чая и спокойная, тихая бардовская песня.

Владимир Иванов,
г. Москва».

ДОМБАЙСКИЙ ВАЛЬС

Лыжи у печки стоят,
Гаснет закат за горой,
Месяц кончается март,
Скоро нам ехать домой.
Здравствуйте, хмурые дни,
Горное солнце, прощай!
Мы навсегда сохраним
В сердце своем этот край.
Нас провожает с тобой
Гордый красавец Эрцог,
Нас ожидает с тобой
Марево дальних дорог.
Вот и окончился круг,
Помни, надейся, скучай!
Снежные флаги разлук
Вывесил старый Домбай!
Что ж ты стоишь на тропе,
Что ж ты не хочешь идти?
Нам надо песню запеть,
Нам нужно меньше грустить.
Снизу кричат поезда,
Правда, кончается март,
Ранняя всходит звезда,
Где-то лавины шумят.

Ю. ВИЗБОР

Синяя крона, малиновый ствол,
Звяканье шишек зеленых.
Где-то по комнатам ветер прошел:
там поздравляли влюбленных.
Где-то он старые струны задел —
тянется их перекличка...
Вот и январь накатил-налетел,
бешеный, как электричка.
Мы в пух и прах наряжали тебя,
мы тебе верно служили.
Громко в картонные трубы трубя,
словно на подвиг спешили.
Даже поверилось где-то на миг
(знать, в простодушие сердечном):
Женщины той очарованный лик
слит с твоим празднеством вечным.
В миг расставания, в час платежа,
в день увяданья недели
чем это стала ты нехороша?
Что они все, одурели?!
И утонченные, как соловьи,
гордые, как гренадеры,
Что же надежные руки свои.

прячут твои кавалеры?
Нет бы собраться им — время унять,
нет бы им всем расстараться.
Но начинают колеса стучать:
как тяжело расставаться!
Но начинается вновь суета.
Время по-своему судит.
И в суете тебя сняли с креста,
и воскресенья не будет.
Ель моя, Ель — уходящий олень,
зря ты, наверно, старалась:
Женщины той осторожная тень
в хвое твоей затерялась!
Ель моя, Ель,
словно Спас-на-крови,
Твой силуэт отдаленный,
будто бы след удивленной любви,
Вспыхнувшей, неуголенной.

Б. ОКУДЖАВА

«Играть на гитаре я начал случайно. Года три назад сломал ногу во время гололеда, попал на больничную койку. Друг принес мне гитару и предложил разучить пяток аккордов, а для смеха подсунил слова песни Высоцкого «Гололед». С тех пор эта песня стала моей любимой. Когда на душе совсем погано, я ее сам себе пою. Неплохо помогает.

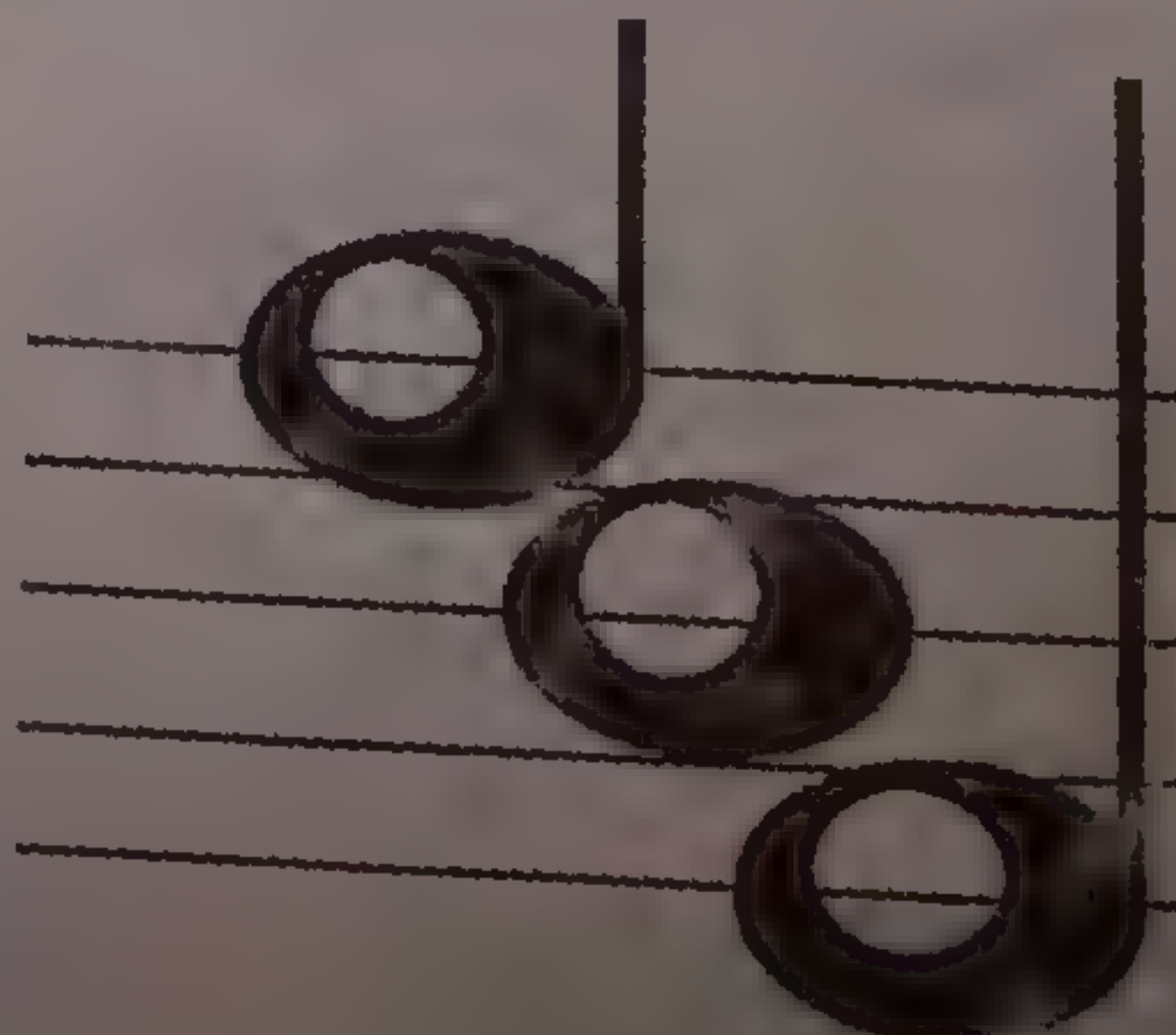
Александр Марин,
г. Ижевск».

ГОЛОЛЕД

Гололед на Земле, гололед,
Целый год напролет гололед.
Гололед на Земле, гололед.
Будто нет ни весны, ни лета,
Чем-то скользким одета планета.
Люди, падая, бьются об лед
Гололед на Земле, гололед.
Целый год напролет гололед.
Даже если планету в облет,
Не касаясь планеты ногами, —
Не один, так другой упадет, —
Гололед на Земле, гололед —
И затопчут его сапогами.
Гололед на Земле, гололед,
Целый год напролет, целый год.
Будто нет ни весны, ни лета,

Люди, падая, бьются об лед,
Гололед на Земле, гололед
Целый год напролет гололед.

В. ВЫСОЦКИЙ



БЛЮЗ

«Вы часто пишете о духовном исцелении. А почему бы вам не сделать поэтическую рубрику? Ведь известно, что доброе слово и кошке приятно... Я очень люблю стихи Юноны Мориц, Евгения Евтушенко, Александра Иванова, особенно те, что исполняют барды. Напечатайте что-нибудь, пожалуйста»

Н. В.,
г. Москва».

Снегопад

Снега выпадают и денно и ночью,
Стремятся на землю,

дома огибая,

По городу бродят и денно и ночью
Я, черная птица, и ты, голубая.

Над Ригой шумят,
шелестят снегопады,

Утопи дороги,
недвижны трамваи.

Сидят на перилах
чугунной ограды

Я, черная птица, и ты, голубая.
Согласно прогнозу

последних известий
Неделю нам жить,

во снегах утопая.
А в городе вести:

скитаются вместе
Ты, черная птица, и ты, голубая.

Две птицы
скитаются в зарослях белых,

Высокие горла в снегу выгибая.
Две птицы молчащих.

Наверное, беглых!
Я - черная птица; а ты - голубая.

Качаются лампочки сторожевые.
Качаются дворники,

снег выгребая.
Молчащие, беглые, полуживые,

Я - черная птица, и ты - голубая.
Снега выпадают и денно и ночью,

Стремятся на землю,
дома огибая.

По городу бродят и денно и ночью
Я, черная птица, и ты, голубая.

Снега, снегопады, великие снега!
По самые горла в снегу утопая,

Бежали и бродят - ах, в кои-то веки
-Та, черная птица, и та, голубая.

Ю. МОРИЦ



«Часто страдаю мигренью, бессонницей. Недавно открыла для себя прекрасное и совершенно бесплатное лекарство - тихие и мелодичные песни Александра Городницкого. Их неплохо исполняет под гитару мой сын, а недавно я приобрела кассету с записью концерта этого прекрасного автора. Прошу, напечатайте мое письмо. Вдруг этот совет еще кому-то поможет.

Анна Левина,
г. Житомир».

СНЕГ

Тихо по веткам шуршит снегопад.
Сучья трещат на огне.

В эти часы, когда все еще спят,
Что вспоминается мне?

Неба забытая просинь,
Давние письма домой.

В царстве чахоточных сосен
Быстро сменяется осень

Долгой полярной зимой.
Снег, снег, снег, снег,

Снег над палаткой кружится.
Вот и кончается наш

Краткий ночлег.
Снег, снег, снег, снег

Тихо на тундру ложится.
По берегам замерзающих рек -

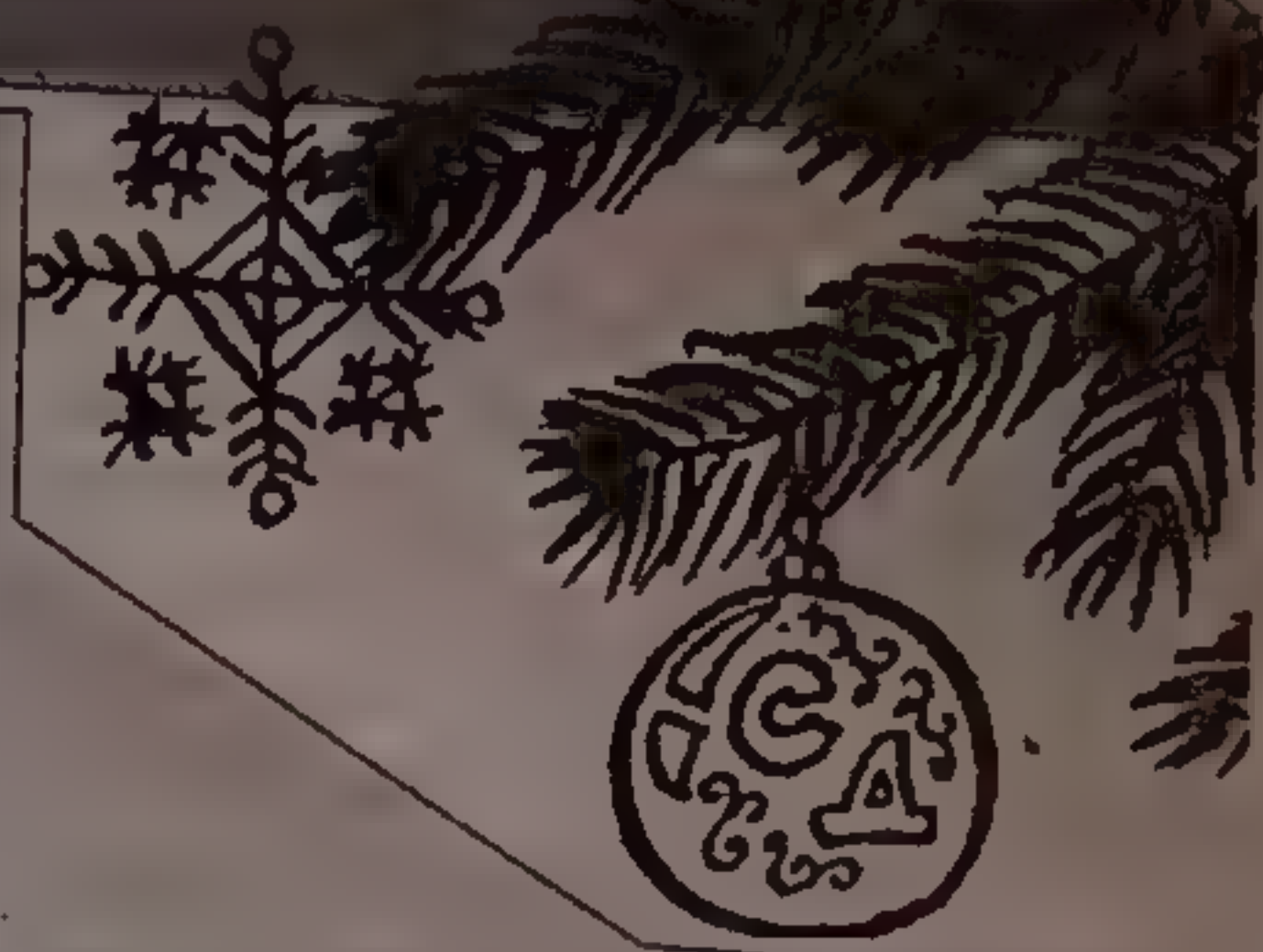
Снег, снег, снег.

Над Петроградской твоей стороной
Вьется веселый снежок.

Вспыхнет в ресницах
звездой озорной,

Ляжет пушинкой у ног.
Тронул задумчивый иней

Кос твоих светлую прядь,
И над бульварами линий,



По-ленинградскому синий,
Вечер спустился опять.
Снег, снег, снег, снег,
Снег за окошком кружится.

Он не коснется твоих
Сомкнутых век.

Снег, снег, снег, снег,
Что тебе, милая, снится?

Над тишиной замерзающих рек
Снег, снег, снег.

Долго ли сердце твое сберегу? -
Ветер поет на пути.

Через туманы, мороз и пургу
Мне до тебя не дойти.

Вспомни же, если взгрустнется,
Наших стоянок огни...

Вплавь и пешком - как придется
Песня к тебе доберется

Даже в нелетные дни.
Снег, снег, снег, снег,

Снег над тайгой кружится.
Вьюга заносит следы

Наших саней.
Снег, снег, снег, снег,

Пусть тебе нынче приснится
Залитый солнцем

вокзальный перрон
Завтрашних дней.

А. ГОРОДНИЦКИЙ

За твоим
окном хлопья
падают,

Замело
дворы -

нет следа.

Ты моя краса
ненаглядная,

Ты - моя беда.
Ночь укрыла

нас клятвой вечною,
Погаси свечу невзначай.

Мы с тобой метелью обвенчаны,
Ты: - моя печаль.

Всю до капельки ночь мы выпили,
И течет рассвет по губам.

Червый луч мою тайну выпытал,
Ты - моя судьба.

КИММЕРФЕЛЬД



От редакции: Честно говоря, я не ожидал подобных писем от наших читателей, но, собрав эти послания, был приятно удивлен, потому что сам немного играю на гитаре, люблю авторскую песню и, вслед за известным московским кукольным Сергеем Образцовым, считаю, что все музыкальные инструменты разрушают тишину, а гитара ее создает... Со своей стороны я предлагаю читателям пару стихотворений, которые всегда помогали мне поднять настроение и очень нравились моей жене. Строго между нами: если мы скандалили, я брал в руки свою «Кремону», начинал что-то мурлыкать, и в скором времени в семье восстанавливались лад и спокойствие...

Валерий ВЕСЕЛОВ

такан молока или кефира - сохраняют свежую кожу.

Многие из нас знают (кто — от бабушек, кто — из книг), что была такая старая добрая традиция, когда в ночь под Рождество и под Старый Новый год (Васильев вечер), а также в ночь под Крещение собирались девушки и с помощью гадания пытались предсказать свою судьбу, узнать суженого. Помните: «Раз в крещенский вечерок девушки гадали...»? Давайте же и мы на время оторвемся от экранов телевизоров, забудем о повседневной суете и окунемся в этот сказочный мир волшебства и тайн.

Девушка кладет под постель своей матери сковороду и сковородник так, чтобы та не знала, со словами:

«Суженый-ряженый, приходи к теще блины есть». Если матери приснится, что она кормит блинами какого-нибудь молодца, то он и есть суженый ее дочери.

«СУЖЕНЫЙ мой, ряженый, ко мне явись, явись...»

Прежде всего нужно подготовить комнату, в которой будет проходить этот ритуал. Она должна быть энергетически чистой, чтобы злые духи не вмешались в вашу судьбу. Для этого лучше всего взять зажженную церковную свечу и обойти с ней несколько раз всю комнату. В некоторых местах свеча будет гаснуть, в других — дым от свечи будет черным. В таком месте свечу нужно поддержать подольше. Закройте двери, форточки. В каждый угол комнаты положите по зубочку чеснока. Посередине комнаты поставьте зажженную свечу. И только после всего этого можно начинать гадать.

Способов гадания очень много, мы приведем лишь несколько.

- ♥ Загадайте желание, возьмите две иглы, натрите салом, опустите их в стакан с водой. Если иглы сошлись вместе, это предвещает, что задуманное вами скоро сбудется.
- ♥ Если они разошлись одна против другой (параллельно), то это означает, что есть препятствие со стороны недоброжелателей.
- ♥ Если же разошлись в разные стороны — желанное не сбудется.

Бросают сапожок через ворота или через избу. В какую сторону носком он упадет — в ту сторону девушка и выйдет замуж.

Можно взять куриное яйцо. По часовой стрелке поверните его между ладонками 9 раз. Затем разбейте яйцо в банку с водой. Внимательно присмотритесь. Вы увидите определенную картину. Расшифровав ее, сами определите, что вас ждет в ближайшем будущем. Яйцо можно заменить воском. Зажгите свечу, воск с нее должен капать в стеклянный сосуд с холодной, но устоявшейся водой. Всего девять раз.

Некоторые значения увиденных символов:

- Голова человека — друг, влияющий на вашу судьбу;
- два лица в круге — скорое замужество;
- два лица, разделенные линией, — развод;
- человек и животные — кто-то хлопчет за вас,
- крест — печальная весть;
- растения любые — ссоры, скандалы, неудачи в делах;
- рыба — прибыль;
- точки — хорошее предзнаменование;
- животные — опасность, неблагоприятная дорога, неверность;
- здания — богатым к добру, бедным — к лиху.



Верить или не верить в гадание, это личное дело каждого. Мы же вам хотим напомнить о фактах исторических. Во все времена к предсказателям обращались монархи и военачальники, титулованные особы и простолюдины, вельможи и купцы — все, кто стремился узнать свое будущее. Иногда предсказатели страдали из-за своего дара, если их предсказания не устраивали знатных любителей пророчества. Вот что писали об одном из них в известной энциклопедии Брокгауза и Эфрона: «Авель — монах-предсказатель, родился в 1757 году. Происхождения крестьянского. За свои предсказания дней и часов смерти Екатерины II и Павла I, нашествия французов и сожжения Москвы многократно попадал в тюрьмы, а всего провел в заточении около двадцати лет. По приказанию императора Николая I Авель был заточен в Спасо-Ефимьевский монастырь, где и умер в 1841 году».

Покупать яркую подарочную бумагу, красивые открытки, цветные шары и гирлянды, выбирать лучшую елку — все это уже приближает праздник! Но задумаемся о том, каким будет основной мотив украшения нашей квартиры.



НОВОГОДНИЙ ИНТЕРЬЕР

НОВОГОДНИЕ ВЕНКИ

Если вы ждете гостей, удивите их тем, что, едва переступив порог, они погрузятся в атмосферу праздника и веселья! Театр, как известно, начинается с вешалки, а праздник — прямо в прихожей. Возьмите несколько кусков проволоки, согните их кольцом и перевейте серебряной или золотой гирляндой. Перед вами — венок, к которому можно прикрепить еловые ветки, подвесить колокольчики, золотые и алые банты.

Купите в цветочном магазине специальную основу из застывшей пены, в которой легко закрепить стебли сухих букетов. Можете сделать композицию из растений и шишек, покрыть ее золотой краской из пульверизатора, — и вот уже перед вами необычный букет! А если в круглую основу воткнуть еловые лапы, гроздь рябины или веточки шиповника, получится фантастический шар, который можно подвесить к потолку.

Больше света! Один из самых приятных моментов в новогоднем празднике — это когда гаснет свет, и комната озаряется огнями елочных гирлянд... Но ведь электрическими гирляндами можно украсить стены и потолки. Выложите из них цветок или цифру, обозначающую наступающий год. Особую атмосферу торжественности создают большие интерьерные свечи на праздничном столе (только обязательно ставьте их на надежную огнеупорную подставку вдали от горячих предметов).

Всего одна елочка в квартире заменяет малышу целый зимний лес. Но как, скажите, в новогоднем лесу без молодого месяца? Возьмите неболь-

шую картонную коробку, прорежьте в ее днище отверстие в форме полумесяца и заклейте его желтой бумагой или тканью. Теперь вложите внутрь зажженный электрический фонарик, подвесьте коробку за елкой и погасите свет. А теперь пусть все любовается сиянием молодого месяца!

ПАРЯЩИЕ В ВОЗДУХЕ

Елка уже установлена, квартиру наполнил ни с чем не сравнимый запах свежей хвои... Пора доставать с антресолей коробку с игрушками, а в ней поблескивают такие знакомые, покрытые «снежком» стеклянные домики, улыбающаяся Снегурочка, сверкающие шары и сосульки... Взрослые рады, пожалуй, не меньше, чем малыши, ведь часть игрушек пришла из их собственного детства... Поэтому ничего удивительного, что некоторые фигурки лишились колпачков, другие поцарапаны, третьи висят на невзрачных веревочках, а то и канцелярских скрепках... Пора привести все в порядок!

Начнем с подвески. Если эту роль доверить длинной прозрачной леске, то покажется, что игрушки волшебным образом парят в воздухе. А если взять изящную золотую или алую тесьму, подвеска превратится в декоративный элемент. В магазине швейных принадлежностей можно купить золотой или серебряный люрекс — он тоже практически невидим и лишь в свете электрических гирлянд на елке будет изредка таинственно посверкивать.

Игрушки-зверюшки. Стеклянный шар, висющий на елке, красив и сам по себе. Но что если добавить к нему ушки, носик, хвостик? Простор для фантазёров здесь поистине безграничен! Возьмите полоску фольги, надрежьте ее не до конца с одной стороны и оберните шар посередине — чем не «щупальца» осьминога? Чтобы осьминожек полу-

чился веселым, приклейте ему глазки и улыбающийся ротик. А теперь смочите клеем золотую тесьму и украсьте один конец двумя бисеринками-глазками, увидите, какая красивая змейка обвивается вокруг шарика! Для коровки можно смастерить рожки из самоклеящейся бумаги или пленки, для свинки — выразительный пятачок и хвост из шнура, для птички — яркие крылышки, для зайчика — длинные ушки...

Юмористическая елка. Без елки Новый год немислим. Но и традиционные домашние растения не должны при этом оставаться без внимания. Пусть серебряный «дождик» украсит суровые кактусы и крохотные фиалки, а их горшки засверкают, обвязанные подарочной бумагой и кусочками гирлянд. Если в доме есть большая пальма или фикус, они могут поспорить красотой с елкой, а то и заменить ее. Но тогда и Новый год должен быть «тропическим»! На пальме в качестве украшений повиснут бананы и киви, вырезанные из бумаги крокодилы и слоны. Вместо шпиля или звезды на верхушке разместится улыбающееся «солнышко». Пусть за окнами снег, а в вашем доме царит настоящее тропическое лето!

Чем веселее кипит работа, тем незаметнее стрелки часов приближаются к заветной цифре. И вот в бокалах пенится шампанское, а домашняя елка выглядит прекрасной, как никогда... Все немало потрудились, а значит, и праздник будет веселым.

**С НОВЫМ ГОДОМ,
И ПУСТЬ ОН ПРИНЕСЕТ
ВАМ СЧАСТЬЕ!**

Желая быть верным, имей и верных друзей.

КАК ВОССТАНОВИТЬ ГОЛОС

Вы потеряли голос. Что делать? Я поступаю очень просто — так, как меня научила моя старая-старая учительница, которая еще до войны преподавала в нашей школе. Пью специальный отвар. Кстати, анисовые зерна можно купить в аптеке — они стоят недорого. Рецепт следующий: полстакана анисовых семян залить стаканом воды, кипятить 15 минут. Затем семена выбросить, а в отвар добавить четверть стакана меда и снова закипятить. Снять с огня, добавить 1 ложку коньяка или водки. Пить по 1 ст ложке каждые полчаса. Голос быстро восстановится.

Г. И. СВЕТЛОВА,
г. Псков

КОГДА МУЧИТ ЗВОН В УШАХ...

Собрать цветущие головки лугового клевера, высушить в тени. Засыпать ими половину литровой банки, слегка прижать и залить 0,5 л водки, поставить на 2 недели в темное место. Периодически встряхивать. Пить по 1 ч ложке перед обедом и на ночь. Через 3 месяца сделать перерыв на 15-20 дней и повторить курс. У матери после двух курсов исчезли шум, звон и боль в голове. Видимо, понизилось внутричерепное давление.

Иванова В. П.,
г. Воронеж

КАК ЛЕЧИТЬ ПРОЛЕЖНИ

Я предлагаю свой метод лечения от ожогов, пролежней и трофических язв. Беру капустный лист свежий, сочный и спуска в блюдце с растительным (или облепиховым) маслом и прикладываю на очаг поражения (ожог, пролежень, трофическую язву). Эффект прекрасный. На другой день капустный лист весь высохший, как бумажка. Так делать до полного излечения.

Смагина З. Д.,
г. Димитров

ЛЕЧИТ ТРАДЕСКАНЦИЯ

Если вы случайно порезались или поцарапались, и под рукой нет ни йода, ни зелени — не переживайте, вам поможет лист традесканции. Смойте кровь водой и к ране приложите свежесорванный листок традесканции, затем закрепите его повязкой из бинта или лейкопластырем. Через очень короткое время кровь остановится, и ранка не инфицируется.

Г. ЕВДОКИМОВА,
г. Москва

Бровь турчанки

Я постоянно стараюсь придавать бровям красивую и правильную форму. Но каждый раз это не очень приятная процедура. Не подскажете ли вы, как сделать выщипывание бровей менее болезненным?

Татьяна Е.,
г. Авдеевка

Да, конечно, выщипывание бровей

не всегда бывает приятным. Но чтобы превратить этот процесс в менее болезненный, попробуйте следующее: смоченный горячей водой ватный тампончик прижмите к бровям, чтобы открылись поры. Натяните кожу между двумя пальцами и выщипывайте волоски по направлению их роста. Под конец можете провести по бровям кусочком льда. Это приятно охладит кожу и избавит от возможного покраснения.

Не только живу, но и пою в хоре

Я инвалид 2-й группы, пенсионерка. Познакомилась с газетой в этом году и сразу же ее выписала. Расскажу о своей горькой судьбе.

Прожили мы с мужем 50 лет, и вот он заболел. В апреле 1997 года его направили в онкологическое отделение, 20 мая сделали операцию, а 6 июля он умер на моих руках.

Спустя два года заболела и я. Признали полип толстой кишки. Направили в областную больницу на облучение.

Приняла 13 сеансов облучения. Через 2 недели должна была ехать на операцию, но не решилась. Недели две лечилась травами. Поправилась на 10 кг. Но через год вновь попала в онкологию.

Меня обследовали и направили к хирургу. Смотрю, а хирург тот же, что делал операцию мужу. Дал направление на операцию, объяснил, что трубка будет выведена в бок. От операции я отказалась и попросилась на облучение. В феврале 2002 года прошла курс лечения. А с 1 апреля 2002 года лечусь благодаря напечатанным в вашей газете рецептам. Пью смесь водки с маслом (иногда водку заменяю самогон, потому что дорого). Съела 10 кг грецких орехов. Не употребляю мяса, молока, сахара, чувствую себя хорошо.

Поехала недавно в Волгоград на проверку. Анализы хорошие, и мне сказали: «У нас вам делать нечего — проверяйтесь у себя». Пить смесь продолжаю и хожу петь в хор ветеранов войны и труда.

Марья КОРОТКОВА,
Волгоградская область.

«...Милый мой твоя улыбка...»

Как хотелось бы иметь белоснежные зубы! Но металлокерамика мне не по карману.

Светлана,
г. Угледорск

Попробуйте один раз в неделю вместо зубной пасты использовать морскую соль. Насыпьте побольше соли на зубную щетку и обработайте ею зубы и десны круговыми движениями. Затем несколько раз хорошенько прополощите рот теплой водой до тех пор, пока не исчезнет привкус соли.

ПРИНИМАТЬ ЛЕКАРСТВО НАДО УМЕТЬ,

ИНАЧЕ ОНО ДЕЙСТВУЕТ НЕЭФФЕКТИВНО

Фармацевтические препараты, соединяясь с некоторыми компонентами пищи, могут плохо всасываться. Иногда такое сочетание блокирует лекарство, не давая ему оказать нужное действие.

Запомните: если вы принимаете антибиотики тетрациклинового ряда, исключите из рациона молоко и молочные продукты. Нельзя совмещать (даже с перерывом в 10-15 минут) препараты железа - с чаем, кофе, орехами, пшеничной кашей, молочными продуктами.

Лекарства действуют по-разному - в зависимости от того, когда они приняты: до, после или во время еды. **Натощак можно принимать сердечные гликозиды** и ряд других лекарств. Но только те, которые не раздражают слизистую желудка. **Принятые до еды лекарства всасываются быстрее и действуют эффективнее.** Во время еды кислотность желудка повышается, и некоторые препараты частично теряют свои свойства. Чтобы не ошибиться, советуйтесь с врачом.

Теперь о том, как принимать лекарство. Если нет специальной оговорки, запивать его надо холодной кипяченой водой. Не менее полстакана на препарат. Когда их прописано несколько, необходим интервал в 10-15 минут перед приемом каждого. Принимать лекарство лучше всего стоя, в крайнем случае - сидя, но никак не лежа! После приема нельзя ложиться минуты две-три, иначе лекарство «прилипнет» к внутренней поверхности пищевода и через десять минут может разрушиться, не достигнув желудка.

Кому не спится в ночь глухую...

Я хочу поделиться рецептами против бессонницы, так как многие не могут быстро уснуть:

— перед сном помассируйте корни волос;

— попейте теплое молоко с медом;

— если не можете расслабиться (а пока не расслабитесь — не уснете), выбросьте мысли прошедшего дня и подумайте, что вы идете по полю, на котором много-много цветов. Идите мысленно по полю, касаясь руками цветов. Вот так, пока идете, вы и уснете.

Панкова Г.В.,
г. Старый Оскол

Живите долго!

**ЕСТЬ МНОЖЕСТВО РЕЦЕПТОВ
ПРОДЛЕНИЯ ЖИЗНИ,
НО ГЛАВНЫЕ ТАКОВЫ:**

- ❖ Не курить!
- ❖ Регулярно заниматься физкультурой.
- ❖ Не употреблять спиртных напитков!
- ❖ Ежедневно спать по 7-8 часов.
- ❖ Держать в пределах нормы вес тела.
- ❖ Обязательно завтракать по утрам.
- ❖ Не есть в промежутках между основными приемами пищи.

До сих пор все эти, несомненно полезные, советы были только благими пожеланиями, но вот теперь американские врачи поставили дело на научную основу. Тщательное обследование почти семи тысяч жителей штата Калифорния показало, что если выполнять от одного до трех любых из перечисленных советов, то у сорокапятилетнего мужчины впереди будет еще 21,6 года жизни, а если следовать шести-семи указаниям, то этот срок увеличивается до тридцати трех лет.

В дополнение к этим рецептам можно привести еще ряд полезных советов пожилым людям, и не только им.

❖ Пища должна содержать все виды необходимых организму ве-

ществ - белков, углеводов, пищевых волокон, витаминов, но - мало жиров.

❖ Пейте правильно. Это значит, что жидкости в рационе должно быть много, но будьте крайне осторожными в отношении к пиву, вину, а тем более крепким напиткам.

❖ Бросить курить никогда не поздно!

❖ Лучший способ держать себя в форме - ходьба, а самое хорошее тонизирующее средство - свежий воздух.

❖ Помните, что для секса нет возрастных ограничений.

❖ Избегайте чрезмерного приема лекарств, пользуйтесь только теми из них, что прописал ваш доктор. Не «примеряйте» на себя болезни знакомых.

При головной боли листья свежей капусты прикладывать к виску, затылку, лбу.

Рождается Петухом



**ВЫ СЛЫШАЛИ О ВОЗРАСТНОМ ГОРОСКОПЕ? НЕТ?
В ЧЕЛОВЕКЕ ЗАЛОЖЕНЫ 12 ВОЗРАСТНЫХ ПРОГРАММ,
КАЖДАЯ ИЗ КОТОРЫХ СООТВЕТСТВУЕТ
ОПРЕДЕЛЕННОМУ ЗНАКУ ЗОДИАКА**

ВОЗРАСТ ПЕТУХА - ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ГОДА

Как известно, о своем рождении каждый младенец возвещает громким «петушиным» криком. Задачи возраста: освоение пространства, звуков, цветов, времени. Ребенку просто необходимы доброжелательное общение, и даже обожание. Неудовольствие, проявленное к младенцу, может стать для него просто шоковым.

ВОЗРАСТ ОБЕЗЬЯНЫ - ОТ ГОДА ДО ТРЕХ ЛЕТ

Обезьяна хочет все знать, хочет лезть и любить. Не пропустите это время: пусть ваш ребенок целует и обнимает вас, пусть трогает и ластится. Именно сейчас малыш учится любить! Ребенок одновременно нуждается в уединении. Если он занят своими делами и играми, будьте спокойны: все идет как в надо. Чрезмерное внимание только повредит! Обезьяна - пылкий исследователь: ребенку просто необходимо активно действовать с предметом, преобразовывая его. Постарайтесь, чтобы у него были игрушки, которые можно «разобрать» без ущерба.

ВОЗРАСТ КОЗЫ - ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ

Игра - основное занятие ребенка, для которого главным становится постижение реальности окружающего мира и овладение словом. Коза все делает играючи. Упрямство Козы придется принять во внимание: не идите напролом! Детство заканчивается.

ВОЗРАСТ ЛОШАДИ - ОТ 7 ДО 12 ЛЕТ

Ребенок становится удобнее и приятнее. Однако для родителей не время отдыхать. Именно в эти годы приобретаются навыки на всю жизнь, поэтому ни одна минута не должна пройти впустую. При этом надо избегать чрезмерной опеки: Лошадь не терпит чужих указаний. В это время полезны также большие физические нагрузки.

- бег, плавание, гимнастика.

ВОЗРАСТ БЫКА - ОТ 12 ДО 17 ЛЕТ

Зреет новый человек - порой, чужой и грубый. Родители из обитателей Олимпа превращаются в обычных людей. Их место в психологии подростка занимает общество сверстников. В возрасте Быка закладывается программа на всю социальную жизнь. Так что заранее подумайте о том, к какой компании примкнет ваш сын. Лучше, если ребята будут встречаться в клубах и секциях. Для девушек - это пора романтической любви. Пусть влюбляются в артистов, певцов, героев, пусть учатся большой любви.

ВОЗРАСТ КРЫСЫ - ОТ 17 ДО 24 ЛЕТ

Девушки становятся неисправимыми кокетками. Для молодых людей свобода от семьи и школы. Кроме любви, энергию может забрать спорт.

ВОЗРАСТ КАБАНА - ОТ 24 ЛЕТ ДО 31 ГОДА

Кабан - идеальный путешественник, странник, бескорыстный исследователь. Для мужчины - самое время жениться. Возраст Кабана идеален для супружеских отношений. К концу этого возраста желательно родить ребенка.

ВОЗРАСТ СОБАКИ - ОТ 31 ГОДА ДО 42 ЛЕТ

Наконец настало время, когда осуществляется все задуманное! Собака должна знать свою цель и стремиться воплотить ее всеми силами. Пришло время действовать, и веселые посиделки с друзьями сами собой сходят на нет. Семейная и хозяйственная жизнь становится самой интересной. Ничто нельзя отложить на потом! Это время открытий и успехов!

ВОЗРАСТ ЗМЕИ - ОТ 42 ДО 55 ЛЕТ

Змея очень самолюбива и ранима: собственные достижения кажутся ей не достаточными, первые признаки над-

вигающейся старости больно бьют по самолюбию. Полезно побольше заниматься лично собой: здоровьем, популярностью, внешним видом, своими хобби и увлечениями. Женщина в возрасте Змеи - прекрасная хозяйка дома, организатор и педагог. Многие влюбляются со всем пылом молодости, причем предметом любви может быть и муж, и новый мужчина, и успешный появиться внук.

ВОЗРАСТ ДРАКОНА - ОТ 55 ДО 70 ЛЕТ

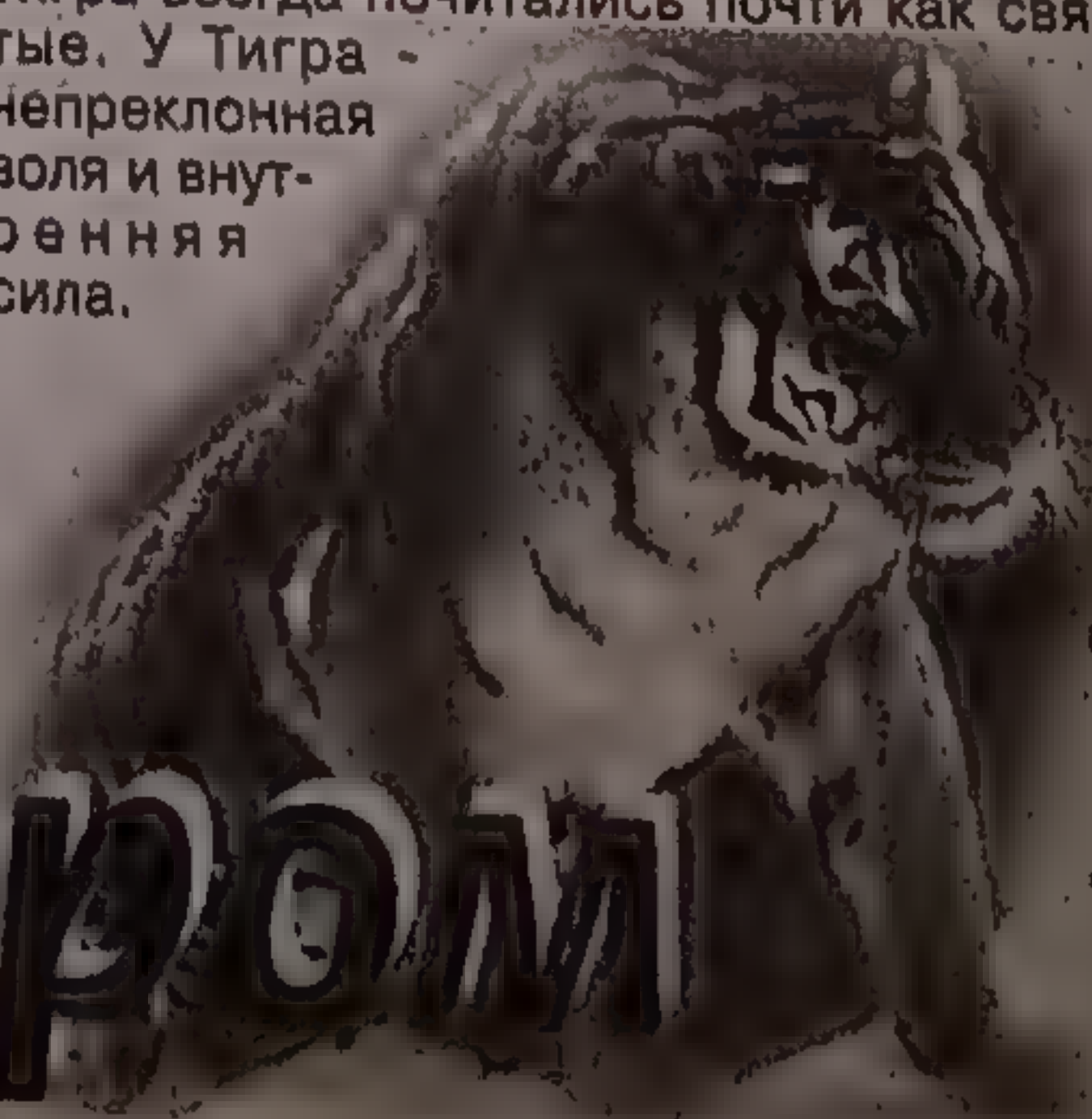
Дракон - единственный знак, у которого нет аналога в животном мире. Не осуждайте и не подсмеивайтесь - лучше сами доживите до возраста Дракона. В то же время Дракон воплощает собой силу и власть. Поэтому иногда именно в возрасте Дракона человек выходит на первую позицию. Хотя и «дедушкин» путь весьма благоприятен.

ВОЗРАСТ КОТА - ОТ 70 ДО 85 ЛЕТ

Кот - традиционный знак добродетели. Он восприимчив, чувствителен, сентиментален. Иногда болезни в этом возрасте как раз помогают вырасти духовно. Кот - открытый знак. Он постоянно готов к общению, одариванию вас советами и наставлениями. Старик любит себя показать. Женщины в этом возрасте выглядят моложе мужчин.

ВОЗРАСТ ТИГРА - ОТ 85 ЛЕТ ДО ОТПУЩЕННОГО СРОКА

Наконец человек достигает возраста силы и мудрости. Старик в возрасте Тигра всегда почитался почти как святой. У Тигра - непреклонная воля и внутренняя сила.

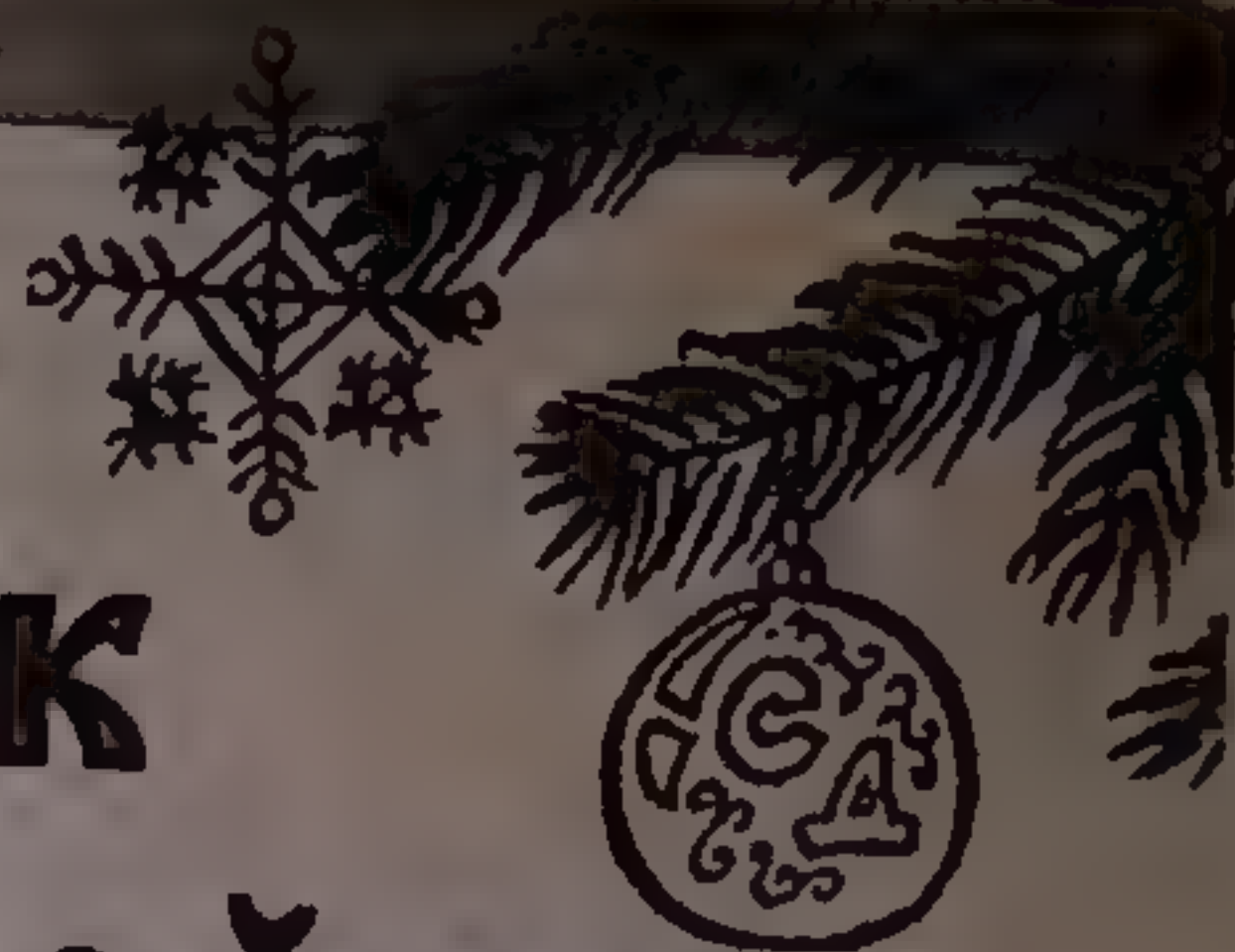


- уходим Тигром

КРОХА



Как ребенка назовете так по жизни и пойдет



А - символ начала, жажда духовного и физического комфорта.

Б - душевный романтизм, постоянство, прочность, пробивные способности, стремление финансово обеспечить свою жизнь.

В - коммуникабельность, связь с жизнью, единение с природой. Творческая личность, устремленная в будущее.

Г - стремление к знаниям, вход в скрытую тайну, умение все понять, внимание к деталям, добросовестность.

Д - размышление, обдумывание перед началом дела, ориентация на семью, готовность помочь, иногда капризность. Способность к экстрасенсорике.

Е - потребность к самовыражению, обмену идеями, склонность выступать в роли посредника, проницательность, умение входить в мир тайных сил. Возможна болтливость.

Ё - энергичность самовыражения, эмоциональность, несдержанность в страстях.

Ж - содержательный, не всем открытый внутренний мир, импульс к действию.

З - круговая оборона собственного «Я» от внешнего мира, высокая интуиция, богатое воображение. Человек иногда ведет себя как страус, пряча голову в песок.

И - тонкая духовность, чувствительность, доброта, миролюбие. Прикрывается внешне кажущейся практичностью, пряча романтическую, мягкую натуру.

К - выносливость, происходящая от силы духа, умение хранить секреты, жизненное кредо «все или ничего».

Л - тонкое восприятие красоты, артистические таланты, стремление поделиться своими знаниями, ощущениями. Предупреждение своему владельцу не тратить жизнь впустую, найти свое истинное назначение.

М - заботливая личность, возможна застенчивость. Предупреждение: вы -

часть природы, не поддавайтесь искушению «тянуть одеяло на себя».

Н - знак протеста, внутренняя сила, разборчивость, острый критический ум, интерес к здоровью. Усердный работник, но не переносит «мартышкиного труда».

О - глубокие чувства, умение обращаться с деньгами. Присутствие этой буквы в имени показывает, что цель человеку предуготована, нужно только интуитивно ее выделить из суесть существования.

П - богатство идеями, устойчивые мнения, забота о своем внешнем виде. Эта буква направляет ум человека к обобщениям.

Р - способность не обманываться видимостью, вникать в существо, самоуверенность, стремление действовать, храбрость. Увлекаясь, человек способен на глупый риск и иногда слишком догматичен в своих суждениях.

С - здравый смысл, стремление к прочному материальному положению; в раздражении - властность и капризность. Этому человеку важно найти свой собственный путь в жизни.

Т - интуитивная, чувствительная, творческая личность, искатель правды, не всегда соотносящий желания и возможности. Символ креста - напоминание владельцу, что жизнь не вечна и не следует откладывать на завтра то, что можно сделать сегодня - действовать, используя каждую минуту эффективно.

У - активное воображение; великодушный сопереживающий человек, филантроп. Стремление подняться на высший духовный уровень. Напоминание владельцу - не строить утопических планов и помнить, что не всякую правду можно оглашать на каждом перекрестке: в жизни существует непрогнозируемое.

Ф - потребность блистать, быть в центре внимания, дружелюбие, оригинальность идей, содержащих ценное зерно истины. Удовольствие делать лю-

дей счастливыми. В голове - причудливая каша всех философских систем. Способность приврать, пустить в дело якобы необходимую ложь с самыми лучшими намерениями.

Х - установка преуспеть в жизни собственными силами, завоевать авторитет, независимость. Человек чувствителен к тому, что говорят о нем люди. Эта буква в имени напоминает о том, что ее владелец не должен нарушать ни одного закона морали.

Ц - лидер, не лишенный притязаний, заносчивости, самомнения, но спаянный с традициями, не способный существовать в одиночестве.

Ч - часть, неразрывная с целым. Дочь льнет к матери как ночь - к суткам «Прочь» - отделение части от целого, не упуская ее из виду.

Ш - внимательность к жизни, способность по малейшему намеку, шепоту, шороху оценивать ситуацию. Скромность и умение устраивать свои дела по-тихому. Развитое чувство юмора.

Щ - великодушие, щедрость, способность к проникновению, расширению, движущая сила.

Ъ - мягкость натуры, умение сглаживать острые углы отношений.

Ы - чувство сопричастности, практическая сметка, тяготение к материализму, приземленность духа.

Ь - способность классифицировать, разделять, раскладывать по полочкам.

Э - умение видеть подоплеку событий, изнанку людей, хорошее владение языком в устной речи и на письме. Любопытство, иногда чрезмерное, проницательность. Стремление показать свою принадлежность к «хорошему обществу».

Ю - стремление к истине, идеалы всеобщего равенства и братства, способность к самопожертвованию и одновременно к жестоким поступкам.

Я - чувство собственного достоинства, желание добиться уважения и любви окружающих и способность их получить.

Следует отметить, что влияние каждой буквы в имени не одинаково по силе. Наиболее выражена буква, начинающая слово, затем наиболее слышимая и повторяющаяся не один раз. Ученые разделяют имена на уязвимые и перспективные. Выявлена закономерность, родитель доволен своим ребенком только в том случае, если в его собственном имени и в имени отпрыска совпадает хотя бы одна гласная буква. Минимум хлопот доставляют дети, если их называли в честь отца или матери. Будьте осторожны с советами, которые дают бабушки, - они любят, чтоб называли детей в их честь. Со смертью бабушки (при несовпадении букв имени ребенка и родителей) связь поколений в семье может нарушиться. Не называйте детей иноязычными именами (недаром раньше сверялись со святцами).

При бронхите - перед едой за 30-40 мин надо выпить два свежих яича.



Самоисцеление и долголетие № 24

Спазмы ног — явление загадочное. В равной степени они могут поражать тренированных спортсменов и пожилых людей, которые перенапряглись в выходные дни. Судороги возникают во время отдыха, часто ночью. Сокращение мышц голеней и ступней продолжается всего несколько секунд, однако оно способно постоянно прерывать сон в течение нескольких дней, а то и недель, а затем таинственно исчезнуть.

Будьте к этому готовы. Держите на ночном столике полотенце или шарф. Если ночью вас схватит сильная судорога, наложите его на верхнюю часть ступни и с его помощью тяните пальцы ног на себя, пока судорога не пройдет.

Ноги — не роскошь, а средство передвижения!

щих на электролитический баланс.

КАК ИЗБАВИТЬСЯ ОТ БОЛИ БЕЗ ЛЕКАРСТВ

Некоторые страдающие судорогами люди пьют хинин, однако он может давать побочные эффекты: головную боль, неустойчивость при ходьбе, тошноту, ухудшение зрения, неровное сердцебиение, понижение кровяного давления и в отдельных случаях даже слепоту. Хинин помогает только в половине случаев. Попробуйте, не принимая хинин, избавиться от ножных судорог следующими способами.

Обычные судороги чаще всего случаются в первые несколько часов сна. По непонятным причинам мышцы ног или ступней сокращаются.

Однако у ученых есть несколько гипотез о происхождении этих судорог. Спазмы — это продолжительные сокращения мышц, вызванные подавляемыми нервной системой командами. Как правило, мозг посылает через нервную систему сигналы определенным группам мышц, чтобы они выполнили ту или иную задачу. После окончания работы мозг посылает другой сигнал, в результате чего мышцы расслабляются.

Однако мышцы, в которых происходит спазм, уже сократились, и вместо того, чтобы дать сигнал расслабиться, нервная система приказывает им продолжать сжиматься, что и вызывает болезненные судороги. Именно поэтому первое инстинктивное движение — растянуть причинившую боль мышцу — как правило, приносит облегчение.

Ученые считают, что эти продолжительные сокращения являются результатом дисбаланса содержащихся в организме особых минеральных веществ — электролитов, — которые позволяют нервной системе производить электрические импульсы. Наиболее важными из них являются кальций, калий и натрий.

Теория подтверждается определенными фактами. Судороги иногда бывают у спортсменов, которые слишком много занимаются или обильно потеют. Вместе с потом выделяется и натрий, что и вызывает судороги. Кроме того, с увеличением количества спазмов ученые также связывают действие некоторых лекарственных препаратов, влияю-

Потянитесь, а затем расслабьтесь. Стоя лицом к стене, обопритесь на нее обеими руками. Одна нога должна быть на расстоянии полуметра от стены, другая — на расстоянии метра. Наклонитесь вперед, согнув в колене ближайшую к стене ногу. Вторую ногу не сгибайте, касаясь пола всей пяткой. Таким образом вы растянете мышцы пятки и голени на этой ноге. Через десять секунд расслабьте ноги. Повторите по два-три раза для каждой ноги. Попробуйте делать это упражнение 5-10 раз прямо перед тем, как лечь в постель.

Прогулка. Одним из лучших способов мягкого растяжения мышц ног является ходьба. Не перенапрягайтесь и начинайте с медленной ходьбы.

Массаж. Массируйте причиняющие вам боль мышцы, используя какую-нибудь мазь или бальзам.

Смените позу. Не спите на животе. Эта поза предрасполагает мышцы голени к сокращению, что увеличивает вероятность судорог.

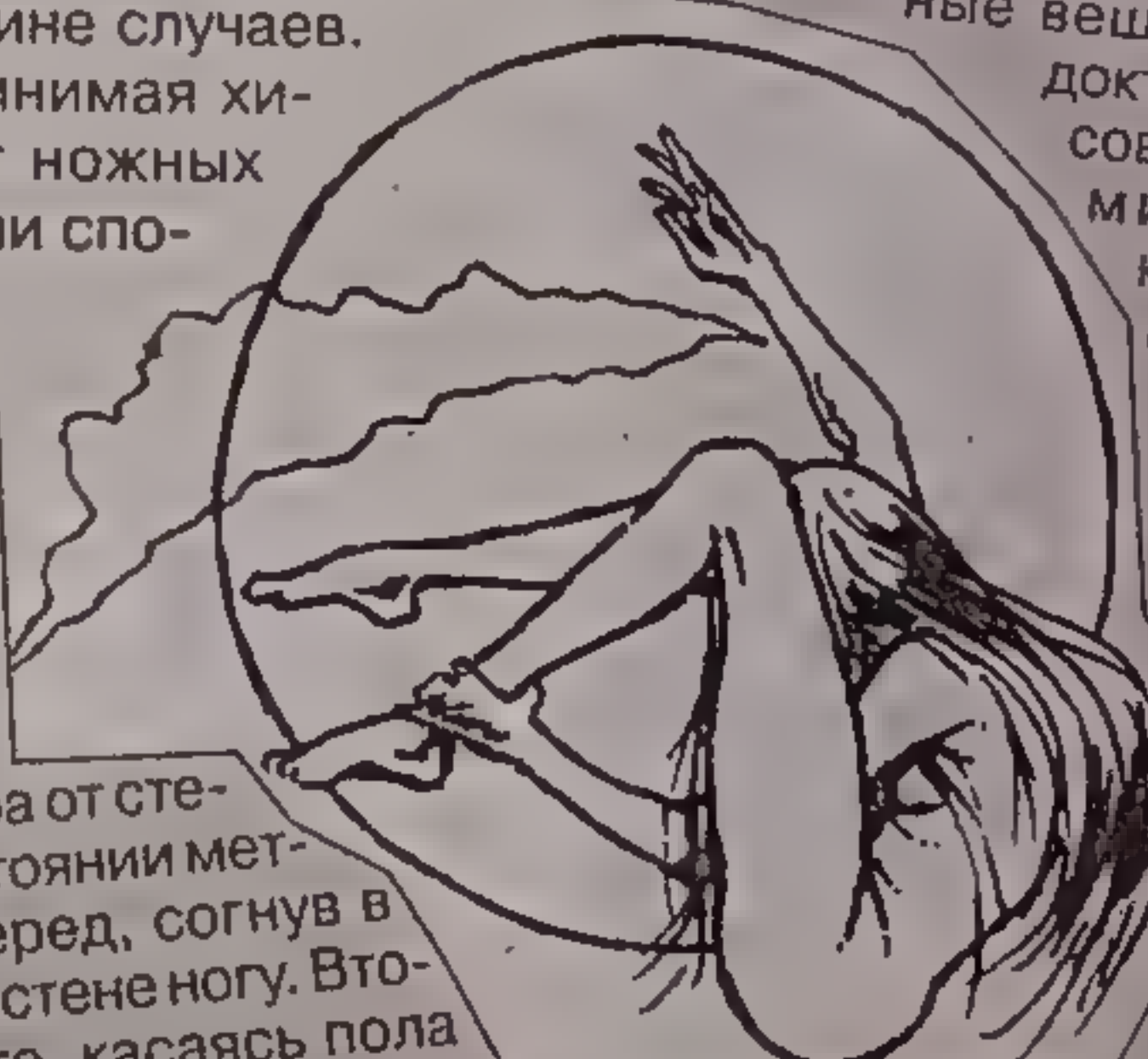
Поднимайте ноги. Постель должна быть устроена так, чтобы ноги были выше головы. Вы можете подложить под ноги одну или несколько подушек, книги или доску.

Подумайте о витаминах. Хотя бесспорных научных доказательств того, что витаминные добавки помогают избавиться от ножных спазмов, не существует, можно принимать отдельные питательные вещества, говорит доктор Дэниэлл. Он советует пить 1500 миллиграммов кальция и 400 международных единиц витамина Е ежедневно. «Опять-таки, никто не знает, почему эти вещества помогают, но это происходит довольно часто. Поскольку и то и другое должно входить в рацион и поскольку в этих количествах они не могут принести вреда, я иногда рекомендую пациентам их принимать», — говорит он.

Увеличьте потребление некоторых веществ. Для того чтобы хотя бы частично избавиться от ножных спазмов, доктор Дэниэлл советует есть больше продуктов, содержащих кальций, магний и калий. (Натрий также является очень важным компонентом рациона, однако если вы не едите прошедших специальную переработку продуктов и соли, вы получаете его достаточно.)

Поддержка для ног. Носите специальные, поддерживающие ноги чулки или носки.

Том МОНТЕ



ЗАГРЯЗНЕНИЯ МЕТАЛЛАМИ

Медь, которая поступает в наше тело с мясом или овощами, необходима для нас. В то же время неорганическая медь, которая может попасть в наше тело из медной посуды, чайников, кранов, является канцерогенной и может вызвать рак. К сожалению, невежество в этом отношении и незнание этого факта людьми приводит к таким последствиям, как рак. Мы носим металлические украшения на коже, едим пищу, приготовленную в металлической посуде, пьем воду из металлических кранов.

ОДНА ИЗ ПРИЧИН РАЗВИТИЯ РАКА

Плесень является самой токсичной субстанцией. Именно плесень выделяет микотоксины. Один небольшой заплесневелый фрукт или овощ может испортить целую партию сока, джема или других продуктов. Несмотря на то что плесень не является живой, от нее невозможно легко освободиться. Микотоксины, которые легко проникают в продукты, а через них в наш организм, практически не обезвреживаются печенью.

Поскольку микотоксины очень ядовиты, даже небольшое их количество, которое поступает в наш организм, выводит из строя печень буквально за несколько дней.

Наиболее распространенным токсином был афлотоксин. Афлотоксин вырабатывается плесенью. Поэтому мы хотим предосте-

речь вас от использования коммерческих фруктовых напитков и соков, потому что среди сотен и тысяч фруктов, которые поступают на комбинаты для производства соков и напитков, обязательно может попасться один фрукт, содержащий плесень. Этого уже достаточно, чтобы афлотоксин очень быстро загрязнил всю партию этого продукта. Только очень большие дозы витамина С могут помочь печени быстро восстановиться и избавиться от афлотоксина. Этот же витамин может быть использован для сохранения пищи. Желательно, чтобы каждый человек имел у себя дома некоторое количество порошкового витамина С и использовал его при приготовлении пищи так же, как обычно используют соль.

тем больше вы должны обратить внимание на необходимость очищения печени. Остановите поток химикатов, которые попадают в ваш организм консервами, сырами, требующими долгого времени приготовления, ароматизированным

*** Напитки с кофеином.** Стимулируют многие ткани организма, поднимают давление крови. Любимы людьми со сниженной энергией. Проведите генеральную чистку тела и квартиры.

желатином, взбитыми сливками, йогуртами, тортами и чипсами. Перейдите на простую диету. Готовьте каши, добавляйте туда мед, корицу и взбитые домашние сливки; пейте кипяченое молоко, ешьте домашний хлеб, отваренный или жаренный на масле картофель, кусочки свежих овощей и фруктов без приправ и подливок, можете добавлять томатную пасту домашнего приготовления и мед.

Не храните остатки вашей пищи в холодильнике. Если пища стала невкусной, не ешьте ее.

Почему когда ваш организм здоров, он не может различать пищу, содержащую плесень — в орехах, крекерах, хлебе? Здесь есть некоторые причины. Потому что технология производства продуктов — добавление в пищу большого количества соли, сахара, ароматизаторов и консервантов — приводит к этому.

Ваш организм привык к соли, сахару, ароматам и считает, что это «хорошо, хорошо, хорошо». И хотя организм считает, что плесень — это «плохо, плохо, плохо», но когда все это смешано, он не может различить, что плохо, а что хорошо. Таким

образом можете съесть плохую пищу, даже не зная об этом. Благодаря усилиям технологов, добавлению большого количества ароматизаторов ваш организм теряет способность различать. Призовите вашего союзника — ваш разум, чтобы помочь себе.

Астхита КОЛПАКОВА

НАШИ НЕПРИЯЗНИ

Мы должны серьезно относиться к тем моментам, когда нам чего-либо не хочется. Мы должны брать пример с грудных младенцев: когда они отказываются от грудного молока, значит, в молоке есть что-то неприятное. Т.к. печень маленьких детей не может что-то переработать, ребенок отказывается есть некоторые продукты. Такой рефлекс у детей сохра-

няется до 2 лет. Избегайте тех продуктов, которые вы не хотите

есть, т.к. скорее всего это связано с химическими элементами, которые печень не может переработать.

Чем больше продуктов, от которых отказывается ваш ребенок,

*** Сахар.** Обычно любим людьми, у которых нарушена регуляция сахара. Убейте паразитов, избегайте технического спирта, пейте таблетки с хромом и корицу.

ряет способность различать. Призовите вашего союзника — ваш разум, чтобы помочь себе.

Мозоли на ногах исчезнут, если промывать их отваром печеного лука.

7 ВОПРОСОВ И 7 ОТВЕТОВ

ПРИСТУП МАЛЯРИИ

У моей знакомой случился приступ малярии. Она себя плохо чувствовала и не знала, что делать. А действительно, как себя вести в этом случае?

Вика Тошилина

Народная медицина предлагает такой рецепт: настоять 25 г шишек хмеля в 2 стаканах кипятка в течение 1,5 часа, укутав, затем тщательно процедить. Принимать смесь по 50 мл во время приступа вечером, днем следующего дня и опять вечером, даже если приступ уже прошел. Для профилактики принимать смесь необходимо 3 дня. Обязателен постельный режим, после приема лекарства потеплей укутайтесь. Учтите, что в течение 2-3 дней будет ощущение тяжести в голове, но оно вскоре пройдет и ваше самочувствие улучшится.

КАК БОРОТЬСЯ САСТМОЙ

Страдаю бронхиальной астмой. Скорее всего, в нашей семье это наследственное заболевание. Каким народным средством нужно воспользоваться, чтобы избежать приступов?

Алена Михалчук

Рекомендуем тщательно перемешать 0,5 кг меда с 250 г молотого кофе. Эту смесь нужно принимать перед едой небольшими порциями. Приготовленная смесь рассчитана на 20 дней лечения. Поэтому сначала приблизительно прикиньте, сколько вам потребуется смеси на один прием. Если почувствуете, что вам стало лучше, повторите лечение. Или: смешайте 0,5 кг меда, 100 г сливочного масла, по 70 г кашицы хрена и чеснока. Принимайте смесь по 1 стол. ложке за 1 ч до еды в течение двух месяцев.

КАК БЫСТРО МЫ ТОЛСТЕЕМ?

Сохранение весовой нормы в теории — дело простое. Надо только поддерживать равновесие между потребляемыми калориями и расходуемыми на работу, движения и многие другие функции организма. Женщины с малоподвижным образом жизни нуждаются в 2200 калориях в день. Если они потребляют большее количество калорий, то образовавшийся избыток превращается в жир. Обычно сразу это не ощущают. Иногда, правда уже по прошествии 36 часов после обильной еды, можно обнаружить увеличение веса. Но в один «прекрасный» день стрелка весов передвигается на плюс полкилограмма.

ЧТО ЕСТЬ, ЧТОБЫ ПОХУДЕТЬ?

Ни в коем случае нельзя отказаться от белка. Для клеток нашего организма белок нужен в качестве строительного и «ремонтного» материала. Мясо, рыба, молоко, яйца, творог, содержащие в себе полноценный белок, дают наибольшее количество энергии, быстро сгорают и, следовательно, не прибавляют веса. Для сохранения хорошей формы при подвижном образе жизни надо потреблять 75 граммов жиров, разумеется, различных по своей природе и виду. О том, чтобы совершенно отказаться от жиров, не может быть и речи. Например, витамин А, необходимый для зрения и кожи, организм усваивает только при содействии жиров.

СПОСОБСТВУЮТ ЛИ ПОЛНОТЕ ОТРИЦАТЕЛЬНЫЕ ЭМОЦИИ?

Тенденция к полноте может иметь психическую причину. До сих пор не выяснено, почему одни в горе худеют, а другие толстеют, но известно, что есть тип женщин, которые свое плохое настроение «заедают». Бегство в еду от скуки, семейных конфликтов и неприятностей по работе, от депрессии — явление, замеченное во всем мире.

ИМЕЕТ ЛИ ЗНАЧЕНИЕ «ОПАСНЫЙ» ВОЗРАСТ?

Половые гормоны играют определенную роль в отложении жиров, значительно большую у женщин, чем у мужчин. Особенная склонность к полноте проявляется у женщин во время полового созревания, беременности и климакса. Во время климакса, когда гормональная система перестает вырабатывать определенные гормоны, процесс «сгорания» в организме затухает, и если женщина избегает движений, спорта, не соблюдает диеты, она быстро приобретает вид матроны с широкими, толстыми бедрами.

МОЖНО ЛИ МЕЖДУ АППЕТИТОМ И ГОЛОДОМ ПОСТАВИТЬ ЗНАК РАВЕНСТВА?

Дикие звери никогда не толстеют. Инстинкт подсказывает им, сколько надо есть. В организме человека тоже есть определенного рода регулятор, позволяющий удерживать равновесие между голодом и сытостью. Мнение, что желудок сам напомнит о еде, не совсем верно. Когда в крови мало питательных веществ, гарантирующих организму достаточное количество энергии, не желудок, а мозг регистрирует сигнал тревоги.

Желудок получает лишь сигнал: «Внимание, голод...»

Представим себе обратную ситуацию. Мозг регистрирует сигнал сытости. Что делает человек? Продолжает есть. Не потому, что он голоден, а потому, что у него хороший аппетит. Если вы хотите похудеть, то должны уметь отличать чувство голода от аппетита. Должны избегать всякого рода закусок, стимулирующих выделение желудочного сока, усиливающих аппетит. И не должны есть быстро. Кто жует медленно — ест меньше.

ПОМОГИ БЛИЖНЕМУ ОТНОСИТЕЛЬНО ПОЛНОТЫ

СПОСОБСТВУЕТ ЛИ ПОДВИЖНОСТЬ ПОХУДЕНИЮ?

Одна подвижность не дает больших результатов. Если бы вам захотелось спустить полкилограмма жира путем физических упражнений, вам пришлось бы целый день маршировать. Золотая середина — это объединение двух методов: меньше есть — больше двигаться. Физические упражнения, активные движения не дают молниеносных результатов, но через некоторое время положительные изменения будут очевидны: улучшится кровообращение, особенно кровоснабжение сердца и легких, более активными станут обмен веществ и деятельность желез, значительно лучше начнет функционировать система пищеварения. Живой, подвижный человек тратит приблизительно на 60 калорий в час больше, чем его спокойный коллега.

МОЖНО ЛИ СОБЛЮДАТЬ ДИЕТУ БЕСКОНЕЧНО?

Многие женщины постоянно, годами, недоедают, чтобы сохранить идеальный вес. Они худы, но только потому, что постоянно голодны. Это плохой метод. Значительно умнее применять диету на более короткий период в конце недели (суббота и воскресенье), конечно, при рациональном питании в течение недели.

У каждого из нас своя норма веса, не зависящая от скрупулезно разработанных таблиц. Поэтому неважно, подходим ли мы под нормы веса и роста, принятые в таблице за идеальные. Существенным является только то, как мы выглядим и как себя чувствуем. Таблица — это ориентир. Идеальную фигуру и идеальный вес мы должны определить себе сами, руководствуясь здравым смыслом и эстетическим идеалом.



ПРОГНАЛА ЛИШАИ

Уехала дочь в отпуск, на меня сына оставила да кота. А кот-то вроде как лишай подцепил. Принесли мы его с внуком в ветлечебницу — проверить. Ветврач посмотрела: «Точно, у кота лишай. Да и у внука-то вашего не иначе как от кота лишай на шее...» Вот еще напасть! Расстроилась я. А врач: «Кота здесь можете оставить, а как внука вылечить, я вам скажу». И дала народное средство...

Газету, где много типографской краски, я свернула кулечком, растрюбом вниз на тарелку поставила и снизу подожгла. Газета горит, краска плавится, на дно тарелки маслянистой жидкостью (наподобие дегтя) стекает. И быстро застывает. Поэтому не зевай! Я живо брала пальцем эту мазь и мазала внуку края лишая. Так дня 3-4 по нескольку раз в день. И верно, пропал лишай.

Дело было 2 года назад. А я до сих пор ветврачу за совет благодарна. Дай ей Бог здоровья! Да, может, и мой рассказ об этом случае еще кому-то излечиться от лишая поможет. Буду рада.

Лидия Дмитриевна,
г. Луганск

Дорогие наши читатели! Мы приготовили вам сюрприз. Это новогодний календарик. Но не простой, а волшебный. Вы спросите, в чем его волшебство? Во-первых в том, что он заряжен на счастье в 2003 году. А вот каким образом, это наш маленький секрет. На нем также имеется фото трехцветной кошечки по кличке «Принцесса», приносящей удачу, — это два. В-третьих, на обратной стороне мы поместили таблицу калорийности основных продуктов питания, с указанием, что и сколько можно есть, чтобы поддерживать свою фигуру в норме, а также сбросить лишний вес. Такую памятку в сумочке имеет каждая уважающая себя американка. Садясь за стол, она обязательно подсчитывает, сколько калорий может себе позволить. А чем мы хуже? Календарик размером 160X100 мм.

Заказать календарик очень просто.

Как обычно, вы высылаете в адрес нашей редакции:
83087 Донецк-87 а/я 2314 КОЛЕСНИК Ксения Станиславовна,
111141 Москва-141 а/я 473 КРАСНОБЕЛЬМОВА Нина Борисовна.

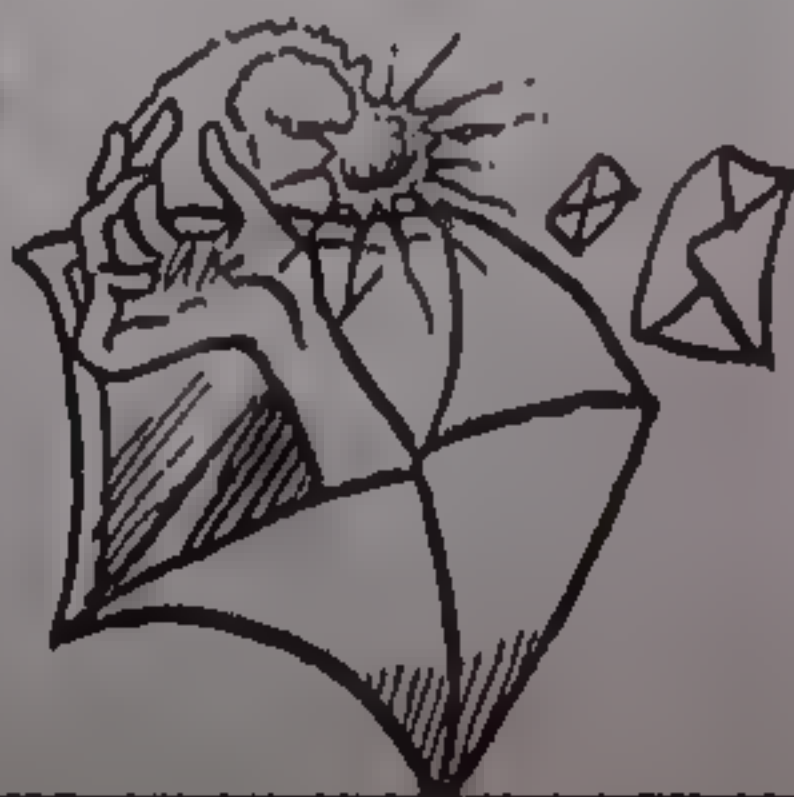
денежный перевод на сумму:

для подписчиков газеты:

2 грн или 10 руб.

для остальных: 4 грн или 20 руб.

Обязательно укажите ваш обратный адрес и вложите в конверт две марки.



Петрушка способствует свертыванию крови.

Итак, все, что мы опишем, произошло на Украине, в Карпатах, в 2002 году, в феврале месяце.

Снежный

Эта, казалось бы, простая история началась вполне банально. В январе мы приняли на работу корреспондентом молодого человека. Раньше таких называли «молодыми специалистами». Не сразу он был после ВУЗа, но и «матерым писателем» назвать его было трудно. Для пробы, как водится, направили его в командировку в город Трускавец для подготовки материала о курортном лечении. Корреспондента звали Олегом.

На командировку было отведено три дня, но Олег приехал только через пять. На вопрос, почему он задержался, даже не позвонив и не получив разрешение на задержку, Олег и рассказал эту почти неправдоподобную историю.

- В Трускавце я выполнил задание редакции за 2 дня, а на третий решил, поехать в горы покататься на лыжах. Но я не до такой степени заражен туристическим легкомыслием, чтобы не заниматься и кое-какими полезными делами. Во-первых, я взял с собой портативный компьютер, диктофон. Во-вторых, вооружился сведениями из разных справочников о Карпатских горах и горнолыжных курортах, надеясь собрать, если удастся рекламу в газету.

Выехали автобусом рано утром. Проехав километров 15, сделали пересадку на армейский вездеход, так как далее автобус уже не тянул из-за снежных заносов. И медленно потянулись в горы. Надо сказать, что когда мы выезжали, то погода была нормальная, шел небольшой сне-

Эта история произошла с нашим корреспондентом почти год назад. Мы еще тогда хотели ее опубликовать, однако что-то постоянно нас сдерживало. Или мешало. То одно приключалось, то другое.

Вот, например, статья долго не получалась. Но как только она была, наконец, написана, и мы поставили ее в план, произошел сбой в компьютере, и статья была уничтожена. И черновики куда-то исчезли. Прямо мистика какая-то. А совсем недавно произошло нечто совсем из ряда вон выходящее. Мы получили письмо по электронной почте от человека, о котором хотели написать. Он сам попросил опубликовать свою историю и обращение к читателям.

жок, а вот когда пересели на вездеход, снег пошел уже по настоящему. Тем не менее, водитель заверил нас, будто ничего необычного в этом нет, и доберемся мы чудесно, можем даже немного попеть для настроения. Едем, поем, предвкушаем удовольствие. Так потихоньку и тянулись около часа. Как вдруг останавливаемся, водитель объявляет, что нужно немного переждать снегопад. Вроде можно бы ехать, однако из-за снега плохо видна дорога. Хотя можно и повернуть назад.

Но кому же охота возвращаться «несолоно хлебавши»? Вперед, только вперед!

И действительно, постояв где-то около часа, начали опять продвигаться вверх. Все повеселели. Примерно через час опять остановились. На этот раз водитель стал выражаться весьма малоубедительно. Вроде он не поймет, куда мы забрались, и не вернуться ли назад.

Вообще-то все это стало несколько надоедать. Да и время стало клониться к полудню. При хорошем раскладе, если мы через час не будем на месте, кататься нам почти и не придется. Принимаем решение возвращаться. Опять едем около часа. А компания подобралась - почти сплошь молодежь. Все, кроме одной бабульки, примерно 65 лет. Всю дорогу мы ехали, веселились, а она помалкивала. И тут внезапно мы опять останавливаемся, а водитель объявляет, что из-за снегопада он сбился с дороги. На наши вопли (что же теперь делать!), водитель отвечает - надо переждать снегопад, затем нас поедут искать спасатели. Дескать,

с этим у них проблем нет: как только нас не обнаружат в определенное время в определенном месте, так и поедут искать. Никуда мы не денемся. Тут не Кавказ. Здесь просто почти невозможно потеряться.

Вначале нас это успокоило, шуточки-прибаутки слышались некоторое время. Но затем бодрые разговоры стали утихать. Да и замерзать мы заметно стали.

И тут завела разговор бабулька. Если кто ранее ездил в пионерлагерь, тот помнит, какие разговоры в ночных палатах велись ночью. Вспомнили? Да примерно такие же истории стала нам рассказывать бабулька. Мы все затаились. Сначала просто не хотели ее перебивать, а затем даже кое-кто стал и сам вспоминать всякие страшилки. Наконец, желая переменить тему разговора, одна женщина спрашивает, что мы будем делать если нас не найдут в ближайшее время. На этот вопрос первой нашлась бабулька, сказав, что нас все равно найдут в весне, когда снег растает... А может и не найдут вовсе. И начала описание очередной серии сериала под названием «Вот в одной деревне недавно тоже...».

Я воспитанный человек, но сколько же можно? Потом подумал, и не стал ее перебивать - сведения, почерпнутые из этих разговоров, хотя скудные и неопределенные, но все же таят в себе какую-то информацию. Я включил диктофон и стал все подряд записывать. Потихоньку и сам вслушивался в эти истории. Среди обычных досужих слухов, которые ходят по этим местам, мне показа-



мальчик

лось, встречаются и правдоподобные истории.

Особенно меня заинтересовали истории о прошедших в этих местах паводках, затопивших многие населенные пункты края. О людях, которые пропадали, и затем находились по чистой случайности. Я представил себе изъеденные сыростью, все в трещинах, позеленевшие фасады, рассыпающиеся на камни. Готовые вот-вот обрушиться стены, искореженные плиты полов, качающиеся под ногами. Словом меня не покидали «веселые» мысли, вполне отвечающие моему «бодрому» настроению. Я даже готов был поверить в истории появления приведений на местах бывшего обитания людей. А бабулька неистощимо рассказывала истории одну, похлеще другой.

Особенно мне запомнилась история о пропавшем мальчике лет 13 лет, который приходит на помощь многим, попавшим в плен воды или снега. Правда, появляется он только в одном случае, если его зовут по имени.

Да, но имя его никто не знает, а как зовут? Да наугад! Хотя некоторые говорят, что имя его как бы само «появляется» на устах.

А надо сказать, что сидели мы уже тут в снегу более 4-х часов, мороз крепчал, хотелось, есть и пить. Назревала паника. И тут бабулька предложила позвать мальчика на помощь. Находившиеся в вездеходе женщины как-то не очень на это среагировали, а вот мужчины откликнулись сразу. Я предложил затеять игру в имена. Потихоньку все втянулись. И тут оказалось - больше всего мы знаем старинных имен. Как, откуда нам известны имена Аграфена, Ефросинья? Да, неисповедимы пути господни.

Так мы перебирали имена, почти уже отчаявшись, что-либо придумать новенькое. И, что характерно, я снова обрел способность сосредоточиваться, уходить от навязчивых мыслей, приводящих меня в болезнен-

ное состояние, отпугивающее смутные тени воспоминаний и страхов, которые наступают именно тогда, когда я в них меньше всего нуждаюсь. Иными словами, я был готов к предстоящему.

НАШ АНОНС

В следующих номерах мы опубликуем послание «Снежного мальчика» всем читателям газеты. Вот строки из его первого письма: «...от того багажа, с которым человек покидает этот мир и зависит, станет ли счастлив человек, и сейчас, и потом. Я буду отвечать читателям так, как написано о каждом в древних книгах, найденных мною».

И оно наступило. Именно ко мне оно и пришло. Вышел я из вездехода по малой нужде и тут среди кромешной тьмы и хлопьев снега увидел приближающийся свет, и как-то само собой вырвалось: «Боже мой!..» И я произнес имя, которое сейчас, когда повествую, забыл напрочь. Ко мне приближался мальчик, одетый в обычный полушубок военного образца и вязаную спортивную шапочку. В руках он держал что-то светящееся, но это был не фонарик. Я онемел. Подойдя ко мне, он просто сказал, чтобы все выходили, он пришел нас спасти, и отвести в укрытие. Тут из машины, услышав его речь, вышла бабулька. Она было запричитала: «Спаситель», но он остановил ее жестом, попросив, выводить всех на воздух. Выходили все, и мало кто

удивлялся. Люди как-то уж очень быстро привыкают к чудесам, особенно, когда речь идет об их жизни. Все гуськом направились за мальчиком.

Мы стали опять подниматься в гору. И так шли мы где-то с полчаса, пока вдаль не показалась вся в снегу часовенка. Вот к ней-то мы и направились. Зайдя туда и почувствовав тепло, исходящее от подобия камина, все расположились возле него. Тут появился старец несколько экзотического вида (как на мой городской взгляд) - очень худой, с черной бородой, в черной одежде. В помещении кроме очага находилась только длинная скамья и небольшой пьедестал, где лежала толстенная библия. Старец оглядел нас, вышел в боковую дверь и немного позже вынес нам оттуда буханку хлеба и глечик вина. Все столпились и стали ломать буханку, а вино наливать в единственную кружку и пускать ее по кругу. После выпитого вина, народ явно повеселел, молодые начали громко смеяться, дурачиться. Но мне вина не досталось. Затем все усьелись на скамью, и через минут 10 все спали, привалившись к плечам, друг друга. Не спал только я.

Снова вошел старец с каким-то шер-

стяным одеялом, всех накрыл, а мне подал табуреточку, подвинув ее поближе к огню. Затем, посмотрев на меня, спросил, не могу ли дать ему совет. Я страшно удивился, ведь я вчетверо моложе его, что за совет могу ему дать? Но он уже начал свой рассказ.

(Продолжение следует)

Нравственные качества обнаруживаются в связи с намерением.

(Окончание.
Начало в № 23)

И еще. Если больному с целью профилактики назначить таваник, то после этого отступать уже некуда. Назначать после таваника всем известный гентамицин или любой другой менее мощный антибиотик — абсурд. Тогда как после гентамицина, в случае если он не справился с задачей, еще остается резерв.

Теперь попробуем выдернуть из толпы первого попавшегося врача и задать ему аналогичный вопрос: «Скажите, доктор! А какие послеоперационные осложнения вы знаете?» Умный доктор, немного подумав, обязательно назовет тромбоэмбо-

Грустная статистика.
«Не вмер Данила, так болячка
задавила», - гласит
украинская пословица.
Именно тот самый случай.
От рака хирурги спасли,
а тут тромбоз...

Можно ли с ним справиться, с этим зверем? Несомненно. Не на все сто процентов, однако, но снизить до минимума риск развития подобного осложнения вполне возможно. Для этого назначаются антикоагулянты — специальные препараты, «разжижающие» кровь. Помните знаменитого аптекаря Дуремара из сказки о Буратино, который ловил в пруду пиявок? Пиявки — одно из первых лечебных средств при таких ос-

ложениях в животе, хотя и обошлось без операции — спайки все равно образовались. Почему? Мы как-то уже об этом упоминали. До того, как возникла хирургия, человек умудрялся выживать и после простого аппендицита, и после серьезных ранений в живот, нанесенных рогом животного или копьём врага. Спасали его именно спайки. Они отгораживали поврежденное место от всего остального живота, не давали развиваться осложнениям вроде перитонита. Спасают они и теперь. Хотя очень часто и вредят.

После операций на животе очень серьезным осложнением считается спаечная кишечная непроходимость. Спайки не ложатся равномерной тонкой пленочкой в нужных

ПОСЛЕОПЕРАЦИОННЫЕ ОСЛОЖНЕНИЯ

лические осложнения. Что же это за зверь такой?

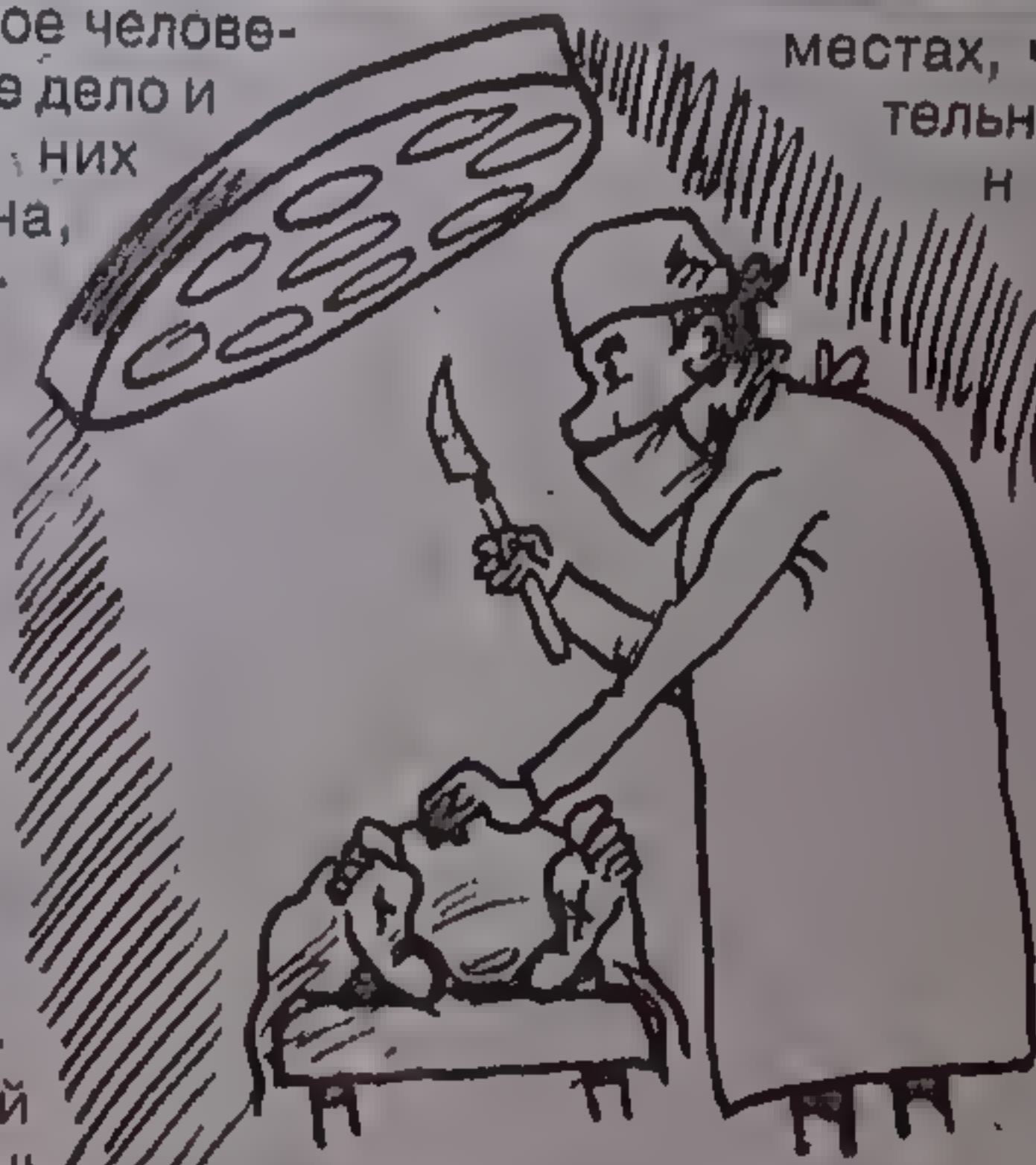
Страшный зверь. Куда страшнее нагноения. Лежит себе человек после операции в постели, улыбается, операция прошла успешно, довольны и доктор, и родственники. Потом вдруг пациент приподымается или поворачивается и, хлоп! увозите в морг. В чем дело? Ведь все было так хорошо! А вот как раз и развились эти самые тромбоэмболические осложнения. Описанный вариант — самый неприятный. Народ по этому поводу говорит — оторвался тромб.

Совершенно верно. Любая операция ведет к тромбообразованию, но это вполне нормальная реакция нашего организма. Вспомните опять свой порезанный палец. Когда бы не образовывались тромбы, вы бы просто кровью истекли от ничтожнейшего пореза. Этого не происходит именно благодаря тромбам, надежно закупоривающим поврежденные сосуды. Однако между операцией и простым порезом есть различия. Организм человека воспринимает операцию, как крупную травму. Из-за этого в действие включаются все скрытые резервы. Но если у молодых людей, как правило, резервы самоуправляемы, то у лиц старше сорока с такого рода демократией уже не все в порядке. Например, у каждого пятого развивается тромбоз глубоких вен. Причем это только в том случае, если операция произведена не по поводу рака. Тромбоз глубоких вен случается у каждого третьего из оперируемых онкологических больных.

ложнениях, известное человеку. Они сделали свое дело и удалились. После них была эра гепарина, выделенного, кстати, из тех же пиявок. Вещество это позволило спасти жизнь и здоровье многим, хотя с его применением всегда было связано немало трудностей. — вводить его нужно часто и много, требуется постоянный контроль свертывающей системы крови, очень высок риск возникновения кровотечений.

Современная медицина предлагает новые препараты — фраксипарин и клексан. Они, в свою очередь, выделены из гепарина и представляют собой его низкомолекулярную фракцию. Дороговаты они, конечно, но того стоят. Механизм их действия отличается от такового у гепарина, вследствие чего большинства гепариновых трудностей у них нет. Зато эффективность значительно выше. Настолько выше, что в мире клексан применяют около 70 процентов врачей. Вот так, граждане.

Чем еще опасен послеоперационный период? Ах да! Спайки! Ох и любят же у нас люди о них говорить! А образуются они у всех, кто был оперирован. Но не только. Спаечный процесс идет вслед за воспалительным. Случилась какая-то неприят-



местах, что весьма желательно, а образуют так называемые «тяжи». Захлестнется кишка вокруг такого тяжа — и получите осложнение. Как его избежать? Рекомендации известны давно, тут нового пока ничего не придумали — раньше встанешь, раньше выйдешь. Активные движения

всегда способствуют более рациональному распределению материала для строительства спаек — фибрину — по брюшной полости. Плюс к этому — скорее начинает работать кишечник, который после операции на некоторое время останавливается, что тоже не дает образовываться тяжам. В итоге, и это грозное осложнение не возникает.

Кстати, об итогах. Риск возникновения того или иного осложнения есть всегда. Другое дело, что не всегда его возникновение можно предугадать. И здесь перечислены далеко не все возможные осложнения. Мы совсем ничего не говорили о кишечных и лигатурных свищах, об эвентерации, о пневмонии и о многом-многом другом.

Хорошо, когда ничего подобного не происходит!

Профессор Алек МИТЧЕЛ

ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ

Ученые наконец заговорили о том, что наша еда способна заменить многие лекарства. Так, недавно английская газета «Дейли Экспресс» опубликовала данные о лечебных свойствах ряда пищевых продуктов. То, что мы едим, либо интенсифицирует процессы, ведущие к различным заболеваниям, либо обеспечивает организм противоядием от них.

Медики утверждают, что пища, которой нас кормили в детстве, может повлиять даже на химические процессы в мозгу, обрекая нас в пожилом возрасте на болезнь Паркинсона или склероз. Думается, с этим списком будет полезно ознакомиться и нашим читателям.

Антибиотики. Продукты с бактерицидной активностью: чеснок, лук, яблоки, бананы, свекла, капуста, морковь, сельдерей, перец чили, кофе, клюква, имбирь, мед, корень солодки, хрен, липовый цвет, оливковое масло, слива, чай, вино, йогурт, горчица, семена.

Антиканцерогены. Витамин С - сильное оружие против рака. Его содержат следующие продукты: чеснок, капуста, корень солодки, соевые бобы, имбирь, морковь, сельдерей, пастернак, цитрусовые, цветная капуста, огурцы, дары моря, оливковое масло.

Антикоагулянты. Аспирин, одно из самых эффективных средств разжижения крови, производится из коры ивы. Продукты с антикоагуляционной активностью - корица, виноград, рыбий жир, дыня, грибы, лук, чай, красное вино, тмин.

Антидепрессанты. Еда, оказываясь, может управлять и нашим настроением. Антидепрессанты содержатся в кофе, имбире, меде и шалфее.

Вяжущие средства (от поноса). Это сушеная черника, корица, чеснок, имбирь, корень солодки, рис, чай, мускатный орех.

Понижающие кровяное давление. Сосудорасширяющее и подавляющее выработку гормонов стресса действие оказывают сельдерей, чеснок, грейпфрут, оливковое масло, лук.

Противовоспалительные средства. Пища, полезная при астме и артрите, - черная смородина, яблоки, чеснок, имбирь, лук и шалфей.

Антиоксиданты. Считается, что они помогают практически при всех хронических заболеваниях. Еда с высоким содержанием анти-

хар. Испытанное народное средство от зубной боли - экстракт из перца на десны.

Снотворные. Некоторые натуральные успокоительные средства воздействуют на рецепторы мозга аналогично морфию. Продукты с успокоительным эффектом - гвоздика, тмин, имбирь, мед, лук, кожура апельсина, шалфей, сахар.

И напоследок еще один совет: **выбирайте фрукты и овощи интенсивной окраски.** Чем сильнее окраска - тем больше антиоксидантов! Это красный и желтый лук, а не его белые разновидности, красный виноград, а не белый или зеленый... Антиоксиданты - прекрасные помощники в борьбе с болезнями и старением.



оксидантов - капуста, морковь, перец чили, рыба, чеснок, имбирь, корень солодки, лук, апельсины, шалфей, шпинат, помидоры, арбуз.

Антитромбозные. Могут препятствовать образованию тромбов. В их числе - перец чили, чеснок, имбирь, виноградный сок.

Антиязвенные. Бананы, капуста и другие овощи, инжир, имбирь, корень солодки, чай.

Антивирусные. Яблоки (и их сок), черная смородина, черника, кофе, имбирь, чеснок, виноград, грейпфрутовый, лимонный и апельсиновый соки, красное вино, слива, шалфей, ячмень, персики.

Ветрогонные. Травы и пряности издавна использовались против метеоризма. Способствуют удалению газов из желудка анис, кинза, укроп, чеснок, перечная мята, шалфей.

Иммуностимуляторы. Потребление йогуртов стимулирует по меньшей мере два компонента: гамма-интерферон и естественные клетки-убийцы. Этому способствует и чеснок.

Болеутоляющие. Слабый болеутоляющий эффект имеет кофеин, а кроме него чеснок, имбирь, корень солодки, лук, перечная мята и са-

ЦЕЛЕБНЫЙ РАСТВОР

Что лучше принимать при болезнях печени и желчных путей?

Илья Лужников

В эмалированную кастрюлю налейте 0,5 л холодной кипяченой воды, растворите в ней 100 г карловарской соли, а затем постепенно влейте в кастрюлю 500 г лимонного сока и мешайте деревянной ложкой 20-30 мин. Добавьте 100 г медицинского глицерина, продолжая помешивать. Смесь храните в холодильнике, перед употреблением содержимое хорошенько встряхните. Принимайте по 1-2 стол. ложки 3 раза в день за 30 мин до еды.

Таврог - превосходное средство при атеросклерозе, заболеваниях печени и сердца.

Я начала регулярно делать массаж и приобрела специальные массажные щетки из натуральных материалов. Нужен ли за ними какой-то особый уход?

Тамара П.

Для того чтобы ваши щетки служили дольше, в первую очередь их нужно тщательно очищать. Массажные щетки мойте только теплой водой с мылом и обязательно просушивайте. Но ни в коем случае не кладите для этого щетки на батареи центрального отопления или обогреватели!

Как я ни стараюсь «спрятать» темные круги под глазами с помощью маскирующего крема — все равно заметно.

Елена И.

При неумелом обращении маскирующий крем не только не спрячет, но даже подчеркнет ваши недостатки. Если вы накладываете его чересчур толстым слоем, под глазами появляются мелкие морщинки. Поэтому тренируйтесь — чем тоньше и ровнее будет получаться слой крема, тем лучше он скроет темные круги под глазами. После нанесения крема не забывайте припудриться.

После неудачной химической завивки мои волосы стали сухими и ломкими. Для того чтобы на голове было хотя бы какое-то подобие прически, я хочу попробовать тонирование растительными красками.

Алена В.

Не торопитесь. Оттеночные средства на растительной основе далеко не всегда сочетаются с веществами, входящими в состав растворов для химической завивки. Обычно «химию» делают через пять-шесть недель после окраски. В вашем же случае лучше вплотную заняться лечением и восстановлением волос.

Все мы, и женщины и мужчины, хотим быть привлекательными, мечтаем иметь красивое тело, гладкую кожу и здоровые, ухоженные волосы. В этом нам стараются помочь многочисленные косметические фирмы, которые разрабатывают и выпускают на рынок все новые и новые «чудодейственные» средства. Однако и задолго до возникновения косметической индустрии существовали цивилизации, с успехом заботившиеся о собственной красоте.

ШЕДЕВР ПОД ОТКРЫТЫМ НЕБОМ

Одной из таких цивилизаций, несомненно, был Древний Египет. Эту землю, до сих пор не раскрывшую нам всех своих тайн, можно считать настоящей колыбелью косметики и косметологии как

ШАМПУНЬ

ладки волос. В этом просто не было необходимости — все уже было создано, одобрено и отработано до совершенства. А отступать от заведенного порядка не то чтобы категорически запрещалось, но в то же время и не приветствовалось.

Так, всем мужчинам без исключения полагалось иметь короткие волосы, однако форма прически напрямую зависела от социального статуса человека. Например, чиновникам, занимавшим высокие должности, надлежало носить мелкие локоны, кото-



рые образовывали плавную линию от висков к затылку. А вот жрецам приходилось бриться наголо. Любопытно, что служителям культа вменялось в обязанность еще и сбривать каждый волосок на теле. Не пройдя через этот символический акт очищения, об участии в религиозных церемониях можно было забыть. Вот и приходилось несчастным «брадобрействовать», используя этаким «Жиллет» Древнего Царства — отшлифованный камень с деревянной рукояткой. Впрочем, прогресс давал себя знать — в период Среднего Царства появились «бритвенные станки» с лезвиями из отточенных бронзовых пластинок.

СТРИЖКА «ПОД ЖРЕЦА»

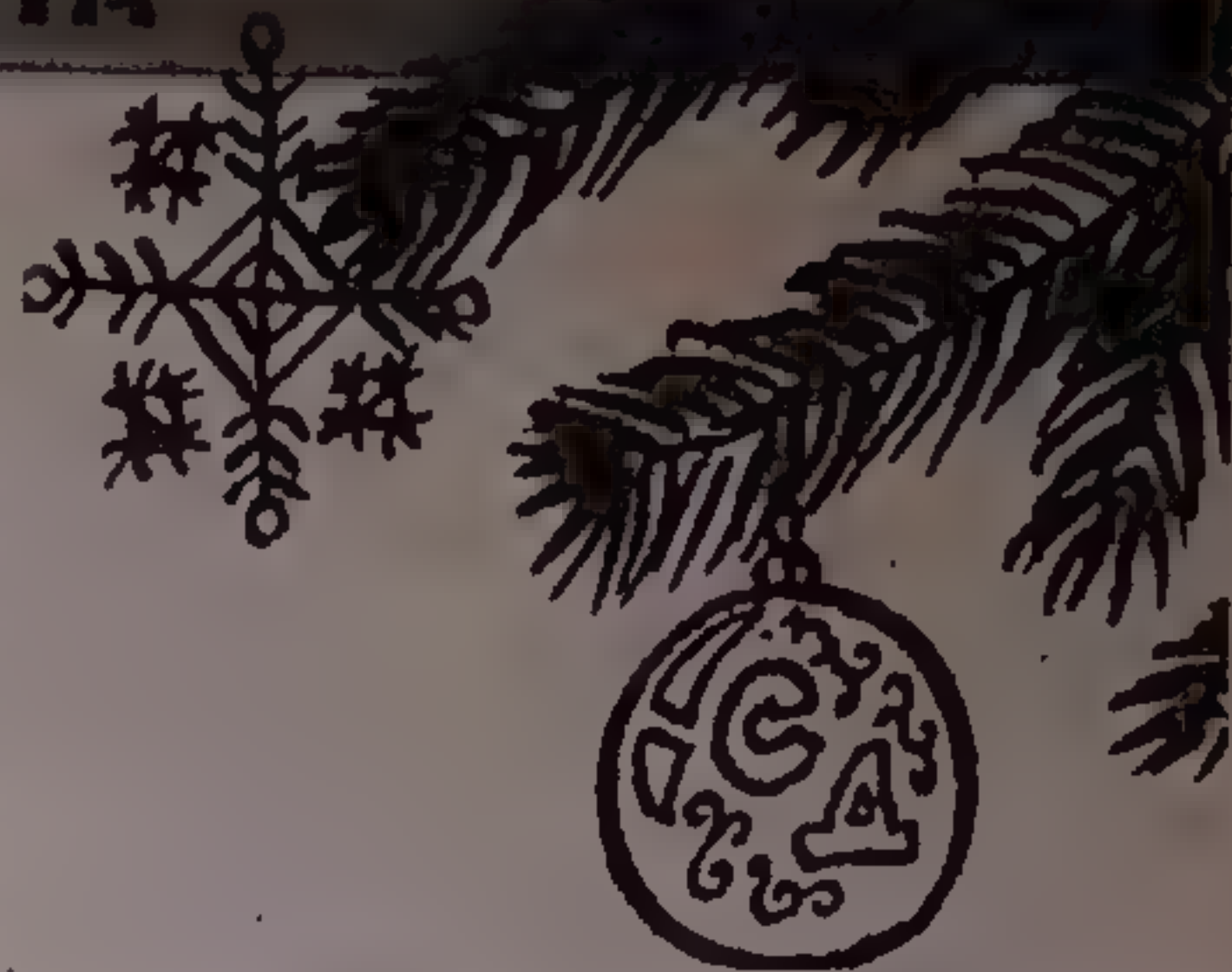
Прически египтян являлись частью традиции, поэтому их модели и формы оставались практически неизменными на протяжении веков и не подвергались колебаниям, которые сегодня мы бы назвали тенденциями или модой. Цирюльникам Древнего Египта не приходилось особенно фантазировать, изобретая новые прически или способы ук-

«ЛЫСЫЕ» ПОЛНОМОЧИЯ

Мужчин, разглядывающих свои стремительно редеющие шевелюры, не утешает тот факт, что лысые якобы обладают неимоверно высокой потенцией. Да и довод в пользу

того, что, мол, лысина — это дополнительная площадь для поцелуев, также сомнителен. Выпадение волос — это ужасно, а потому мужчины пытаются решить эту проблему, причем давным-давно. Древним египтянам, к сожалению, тоже приходилось любоваться на собственные плечи. На их счастье, медицина уже в те далекие времена пыталась творить чудеса — дошедшие до нас папирусы пестрят формулами средств, призванных остановить или хотя бы замедлить выпадение

чем не только прической, но и бородой. В тех случаях, когда своя «правильная» борода узкой удлиненной формы не желала отрастать, прикреплялась фальшивая. Без этого никак нельзя: растительность на лице — не что иное, как знак божественного происхождения. Впрочем, некоторые ученые усматривают в бороде еще и фаллический символ, своего рода указатель на мужскую силу. Недаром знаменитая египетская царица Хатшепсут, единолично правившая Египтом в течение 15



ними на протяжении многих веков. Мальчикам брили голову наголо, оставляя лишь прядь волос, которая потом падала на одну сторону (ну чем не украинские хлопцы?). Иногда этот локон заплетали в косу. В возрасте десяти лет, одновременно с обрядом обрезания, эту прядь срезали. Девочки же обычно носили косички, изредка украшая их цветами.

ДЛЯ НЕФЕРТИТИ

волос. На помощь лысым готовы были прийти не только всевозможные мази, настои и отвары, приготовленные на основе травяных экстрактов, но и специальные лечебные пластыри, способствовавшие росту новых волос, правда, только в случае их правильного применения. Честно говоря, нам сейчас трудно судить, насколько эффективны были все эти средства. Однако даже если они и оказывались бессильны, у древних египтян все же оставалась альтернатива, не доступная современникам, — они могли носить парики!

ЖЕНЩИНА С БОРОДОЙ

Конечно, чаще всего великолепные и ужасно дорогие парики, сделанные из овечьей шерсти или натуральных волос, надевали на, как мы сейчас сказали бы, вечеринки и различные официальные мероприятия. В остальное время шедеврам парикмахерского искусства надлежало бережно храниться в специальных ящичках на подставках. Однако те, кто совсем уж стеснялся своей лысой головы, могли носить парики и в повседневной жизни. Впрочем, таковых находилось мало, ведь все без исключения — и мужчины, и женщины, — перед тем как водрузить на себя гриву из овечьей шерсти, свои волосы тщательно подстригали или вовсе сбривали. На этом «короткошерстном» фоне люди, так сказать, натурально лысые не так уж и выделялись.

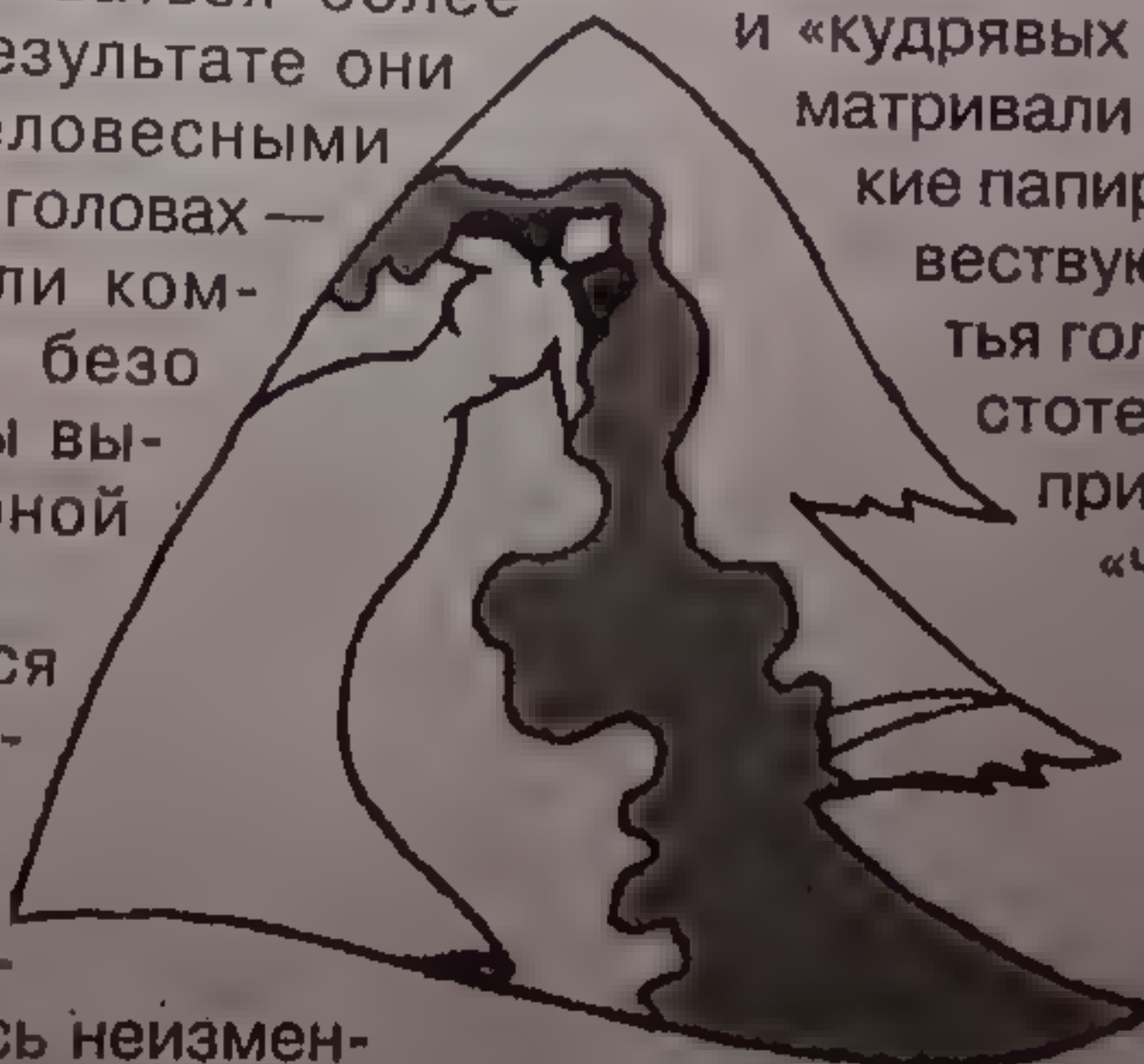
А вот фараонам приходилось носить фальшивые волосы чуть ли не постоянно, ведь у них вся жизнь — это большой официальный прием. Нужно было соответствовать при-

лет, вынуждена была носить и мужскую одежду, и фальшивую бороду. Так ее и изображали — с бородой.

СВОБОДА С ОГРАНИЧЕНИЯМИ

И все же рано проливать слезы над тяжелой судьбой египетских женщин. Исключая страдальцу Хатшепсут, египтянкам в вопросе красоты предоставлялась полная свобода действий. Соответственно и причесок, и париков, и головных уборов в их арсенале было великое множество — куда там мужчинам. Волосы завивали, заплетали в косы, собирали тяжелыми узлами на затылке. Все это великолепие украшали бисером, цветными бусинами или лентами. Впрочем, кое-какие правила все-таки существовали. Так, женщинам, имевшим разный социальный статус, не полагались одинаковые прически. Служанки и танцовщицы легко угадывались по естественному виду волос — их прически отличались свободной формой, волосам «разрешалось» ниспадать волнами. Знатным дамам надлежало причесываться более тщательно, в результате они ходили с тяжеловесными «вавилонками» на головах — все волосы были компактно убраны, без всякой надежды выбиться непокорной пряди.

Что касается детских причесок, то они не отличались особым разнообразием и оставались неизмен-



ЧИСТОТА - ЗАЛОГ ЗДОРОВЬЯ

Для того чтобы волосы оставались мягкими и блестящими, существовали различные средства на основе растительных и животных масел. Однако наряду с ними имелись и специальные лечебные составы для ухода за шевелюрами. Одни из них придавали волосам аромат, другие помогали их распутывать, а третьи удаляли перхоть или седину. Самым популярным средством по борьбе с последней являлась хна — ею «освежали» поблекшие шевелюры и мужчины, и женщины. Кстати, египтянам уже тогда было известно, что хна не только придает волосам красивый цвет, но заодно и укрепляет, и оздоравливает волосы.

Любопытно, что, несмотря на массу всевозможных ухищрений, огромное количество разнообразных средств по уходу за волосами, залог здоровья и красоты «струящихся водопадов», «непокорных локонов» и «кудрявых прядей» египтяне усматривали в чистоте. Медицинские папирусы назидательно повествуют о важной роли мытья головы, а попутно и о чистоте воды, используемой при этом. Одним словом, «чистота — залог здоровья» волос и кожи головы. Как видите, со времен древних египтян мало что изменилось...

Мадам СОФНЯ

Мыться молоком - великолепное косметическое средство.

СЧАСТЛИВЫЕ

Наш дом, его благоустройство — мебель, занавески, кровати и посуда... — вся настойчивость, с какой люди вновь и вновь стремятся к тому, что называют уютом, — все это, как ни странно, служит самым простым и очевидным доказательством того, что некие силы управляют нашей жизнью... из сновидений.

Казалось бы, какая разница, каким в квартире будет кухонный стол, скатерти, покрывала... Ан нет! С какой тщательной заботой, чувством и рвением хозяйка выбирает себе посуду, книги, зеркала, картины... разве все перечислишь! Однако при чем тут сны?

«Воистину, мы из того же материала сделаны, что сны. И жизнь сама — дремотная обертка». Так утверждал устами своего героя в пьесе «Буря» великий Шекспир. Про то, какое сны имели и имеют влияние на нашу жизнь, история повествует нескончаемо. Однако вернемся в наш дом, на кухню, в спальню...

Попробуйте поглядеть по соннику, что означают предметы домашнего обихода, появляясь в наших сновидениях, какой «сонный» смысл незримо содержится в не подозревающих ни о чем шторе и зеркале...

СЧАСТЬЕ С РЮШАМИ И В ЦВЕТОЧЕК

Начнем с занавесок на окнах — предмете, вожаемом для многих

повелительниц домашнего очага. Казалось бы, какая разница, будет ли на окне штора, или ее заменят пластиковые жалюзи, или повиснет иная защита от чужих глаз и солнца... И почему, спрашивается, хозяйка так печется о том, чтобы штора не была, не дай бог, порвана



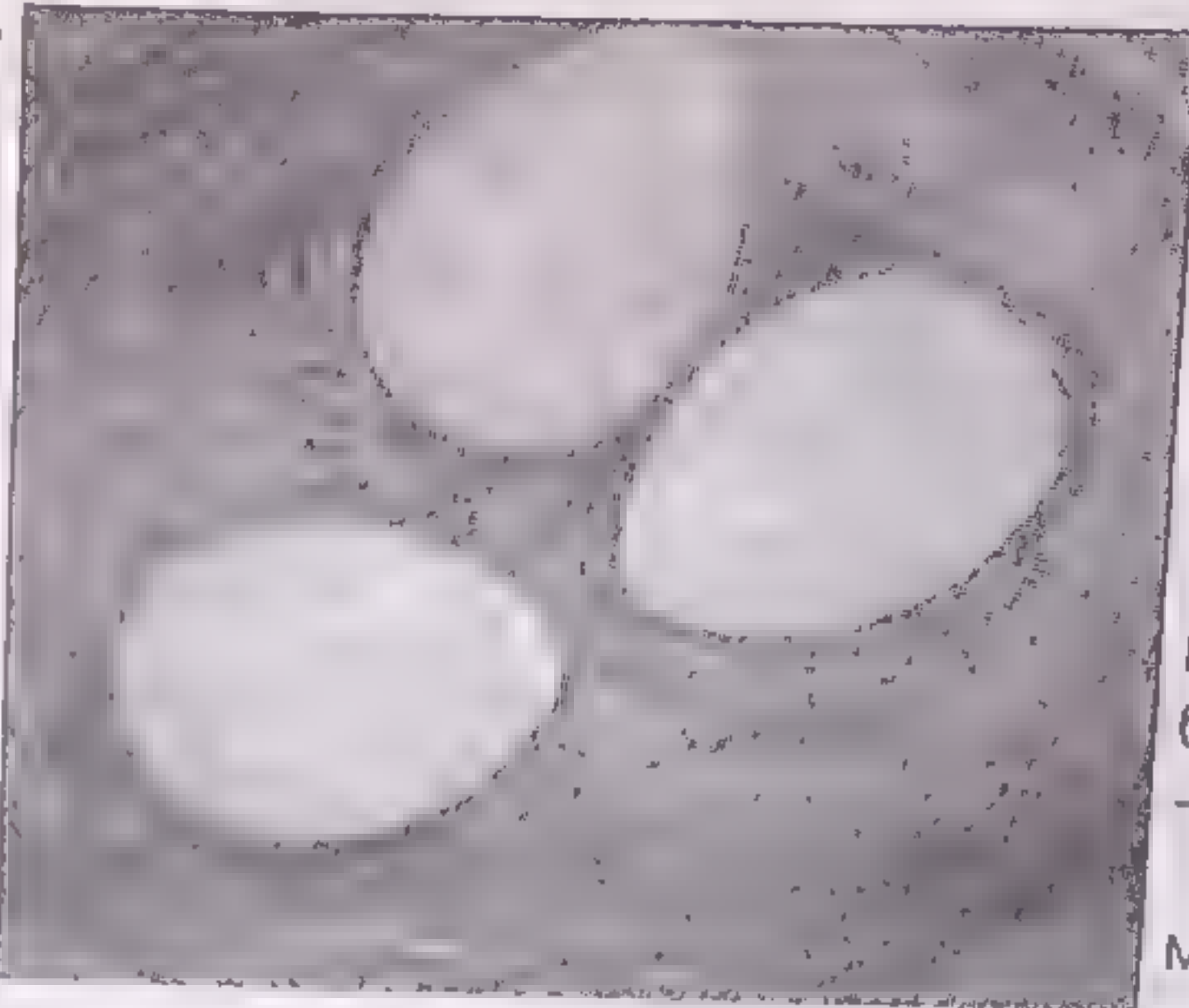
Картина №1
По соннику: золотая осень — верная любовь. Сельская красивая дорожка — счастье в личном. Амбар — к богатству. Козы — подарки. Эта картинка в доме будет служить прощением на счастье и богатство, верную любовь, которые, как подарок, «с неба упадут».

нить...

Однако на самом деле она, сама того зачастую не ведая, заказывает себе счастье.

СНЫ И ПРИМЕТЫ

Надо сказать, что народная интуиция отчетливее всего выразила это незримое присутствие сонных смыслов в реальной жизни. Это подтверждают суеверия и приметы. Заяц перебежал дорогу — предупреждение о неудаче, предостережение — что по соннику, что по примете. Если приснилось человеку, что приняли его за другого — это к день-



Картина №2
По соннику: яйца в гнезде — семейное счастье. Эта картина была специально наросована как заклинание, прошение на счастливый вещий сон, обещающий семейное счастье.

или испачкана? Да потому, что нашей жизнью управляют из снов и через сны. А порванная штора снится к измене, неверности. Новая же занавеска, увиденная во сне, обещает счастье в браке или в личных делах. Вот и меняет хозяйка снова и снова занавеси на своих окнах, даже если прежние еще красивы и целы. А спросишь ее — почему? Вряд ли она сумеет объяс-

не накрыт, пустой, то, по соннику, сидеть за ним — к разрыву отношений. Народная примета гласит, что оставить нож на столе на ночь — к большим неприятностям. А по соннику, нож — к ссоре. Мыть квартиру поздним вечером — вымывать свое благополучие (примета). Сушая правда, потому что, по соннику, мыть полы или квартиру — к смерти или большим неприятностям. К тому же

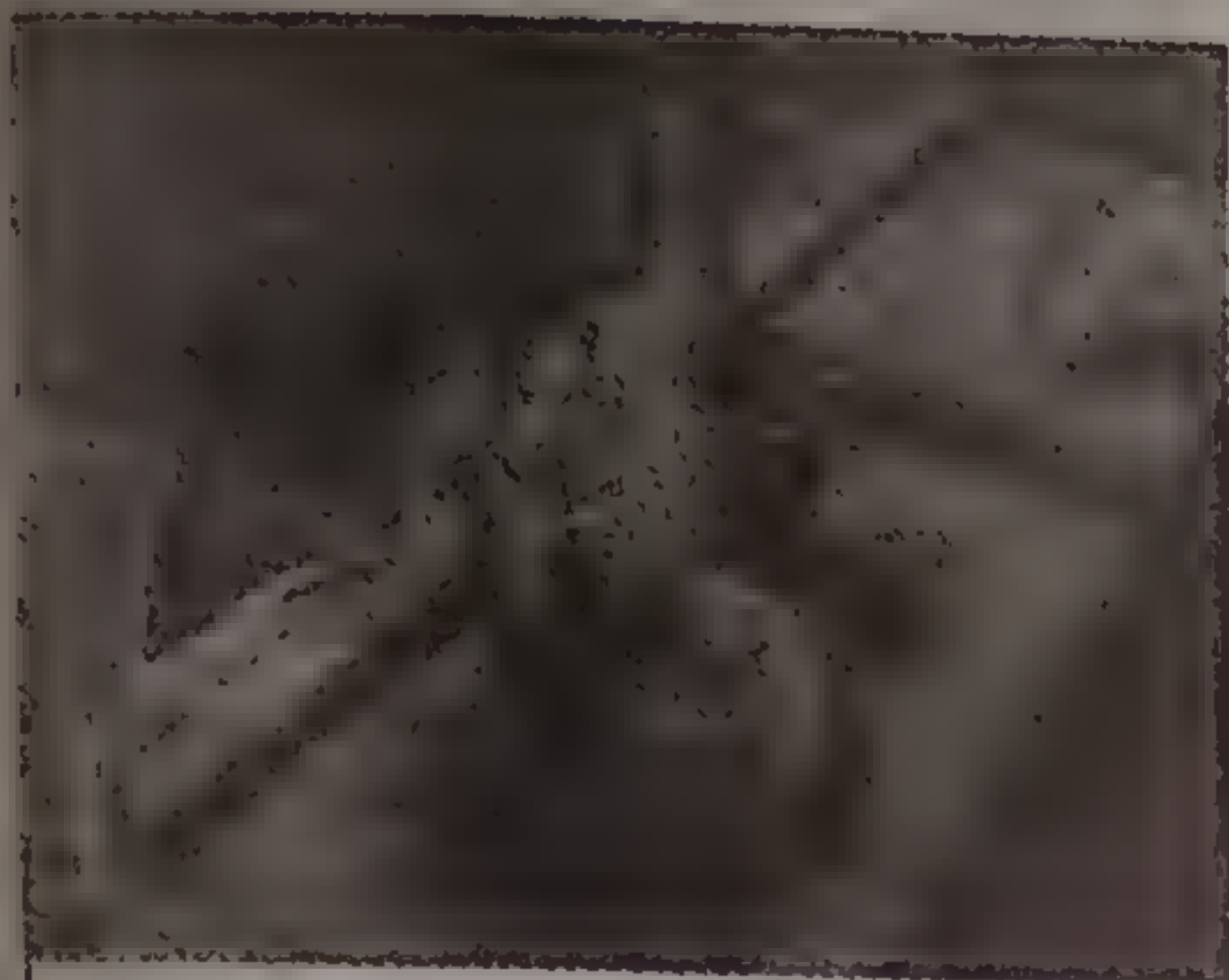
гам, к удаче. А наяву, не признав знакомого, мы говорим: богатым будешь. То же со свадьбой и похоронами: и во сне, и наяву свадьбу встретить — к беде, а похороны — к удаче.

Или другие примеры. Сидишь на углу стола — семь лет не выйдешь замуж. По соннику, сидеть — ожидаемое исполнится, стол — семейная жизнь, но угол — препятствие. К тому же если стол



Картина №3
По соннику: и соль, и сыр — к богатству. Огурцы — ухажеры (для женщин), деньги (для мужчин). Свежий хлеб — к радости. Березовый пень — радость, возможное наследство. Эта картина — заказ на исключительное благополучие.

сны вашего дома



Картина № 4

По соннику: черемуха - от-
вергнутая любовь. Окно - ожи-
дание. Зеленая за окном - надеж-
да. Чистая занавеска на окне -
верность. Картина служит про-
шением на восстановление вер-
ных и чистых отношений с близ-
ким человеком. Ожидаемое
сбудется.

если делать это поздно вечером, то
вероятность увидеть это мытье во
сне велика. А увидишь во сне — сбуди-
тся наяву...

МАГИЯ ТРАДИЦИЙ

Таких соответствий между народ-
ными приметами и толкованиями в
соннике — великое множество. И это
не случайно, если принять за аксио-
му утверждение, что не жизнь управ-
ляет снами, а сны — жизнью. Весь
наш мир обернут в невидимую обо-
лочку сонных смыслов, чье воздей-
ствие на нас, наше самочувствие и
настроение может быть исключи-
тельно сильным. Не потому ли в тра-
диционном устройстве быта, в укра-
шениях жилищ, в простейшей народ-
ной магии сочетания предметов и
действий — везде учтен этот тай-
ный, не видный сразу снотолкова-
тельный знак?.. Вот чем еще чрева-
та утеря традиций, корней: потерей
тонкой бытовой, жизненной магии,
создающей очарование нашего
дома, особый уют ощущений. Без
этого быт становится тягостным,
бездушным и бессмысленным, ибо
из него уходит сердечное отдохно-
вание...

Но, с другой стороны, ни одна
хозяйка, даже совсем бес-

сознательно, такого не допустит и
снова из поколения в поколение бу-
дет требовать себе красивую новую
штору, стол по сердцу, картины.

ЧТО ТОЛКУ В ЯВИ?

Правда, хочется задать вопрос:
если управление нашей жизнью осу-
ществляется из снов, то какой же
тайный смысл может быть в тех са-
мых пресловутых занавесках? Ведь,
обвесив шторами хоть всю квартиру,
если во сне не увидишь — толку ни-
какого! Какая необходимость пя-
литься на нее наяву?

Однако здесь игра беспроявля-



Картина № 5

По соннику: кувшин с чистой
водой - к богатству, к имени-
тым гостям. Чеснок - защита от
дряг, здоровье. Чистое небо с
легкими облачками - к деньгам
и радости. Золотая осень, сель-
ский пейзаж - счастье и вер-
ность в личном. Картина служит
оберегом от любых напастей и
недоразумений в личных отно-
шениях, особенно связанных с
деньгами. Преданность и доб-
рая репутация вам обеспечены.

ная: порадует-порадует новая што-
ра глаза наяву, а потом, глядишь, и
приснится. А приснится — привалит
в дом счастье. Вот так же и с прочи-
ми предметами: любишь на них
— и вольно или невольно заказыва-
ешь себе счастливый вещный сон.

КАРТИНА-ПРОШЕНИЕ

В общем, любая хозяйка делает
то же самое, что предлагает новое
направление в живописи — Творчест-
во счастливых снов. Кстати, такое
творчество объясняет вечное при-
страстие хозяев к натюрмортам и
пейзажам...

Группа московских художников
задалась целью нарисовать такие
картины-заказы на счастливые ве-
щие сны, и воздействие этих картин
оказалось исключительно сильным.

Сам способ прост. Художники ри-
совали свои волшебные картины,
специально выбирая образы из сча-
стливых вещных снов. Скажем, цве-
тущее дерево — картина, которая в
соответствии со своим «сонным»
смыслом просит об успехе, и т. д.

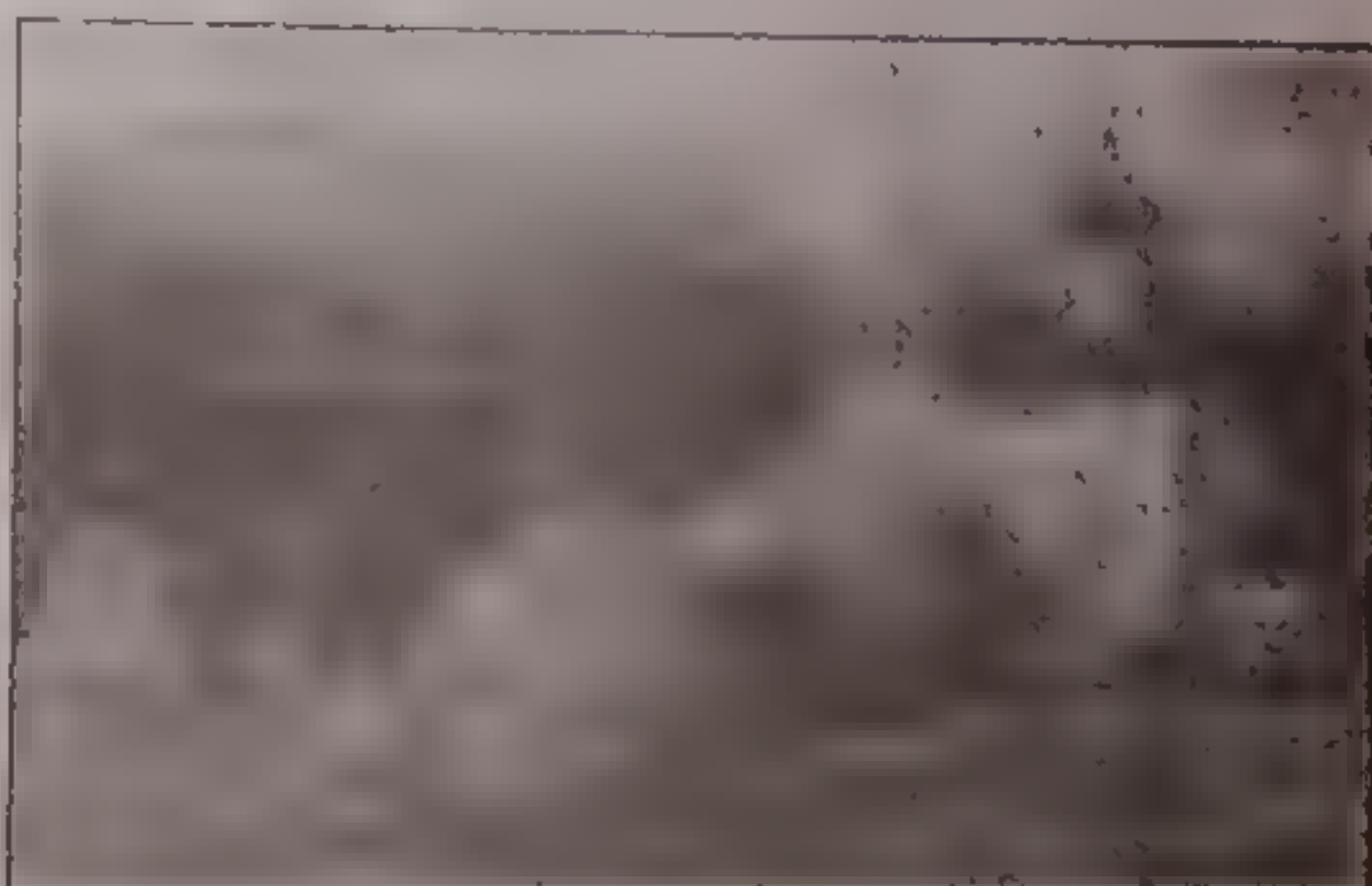
Талантливая картина-прошение
на вещный сон, подобно специальной
почте, значительно быстрее доне-
сет нашу просьбу до бога сна Гип-
носа, а без нее наш заказ долго бу-
дет бродить «по инстанциям»...

Я думаю, в недалеком будущем
весь интерьерный дизайн будет
строиться по принципу Творчества
счастливых снов. Хозяева дома бу-
дут не только выбирать картины, но
и интерьер задумывать в виде подоб-
ных прошений: на благополучие,
здоровье, любовь, согласие и т. п.,
из чего складывается счастье в на-
шем жилище.

Евгений ЦВЕТКОВ

Картины Ольги

СОВИНКОВОЙ и Михаила
ПЕТРОВА.



Картина № 6

По соннику: стог сена - к уда-
че в личном или денежном. Цер-
ковь - удача, если видишь из-
далека; возможное предложе-
ние (для женщины). Картина
служит заказом на вещный сон,
обещающий удачный и выгод-
ный брак или предложение -
для женщины и прибыль - для
мужчины.

Люди охотно верят тому, чему желают верить.

Кроссворд

«ЧЕШУЯ»



По горизонтали: 5. Русская сказка о семейном подраде. 7. Прихожая в избе. 8. Обманщик. 9. Еда с царского стола. 12. «... вопиющего в пустыне». 15. Военный термин из полубуквы. 17. Растение, лимонная мята. 18. Жанр критики, публицистики. 19. Способ бега лошади. 20. Полутьма после захода солнца. 21. «... и Калиныч» (рассказ И. Тургенева). 23. Видеоролик с песней. 25. Перекованный меч. 28. Полная неудача, провал. 29. Завязанная лента. 30. Ковбойский спорт.

По вертикали: 1. Оперная партия для одиночки. 2. «Сын ошибок трудных» (А. Пушкин). 3. Подходящая закуска к горилке. 4. Блаженство, наслаждение. 6. «Чтобы ... и душа были молоды». 10. Динамометр. 11. Следствие команды «Пли!». 13. Ковбойский аркан. 14. Что готовят посредством миксера? 15. Искусственная шевелюра. 16. Кличка колли из одноименного сериала. 22. Исполнитель главной роли в фильме «Дикая орхидея». 24. Сибирская река с женским именем. 25. Природный желтый пигмент. 26. Горы в Южной Америке. 27. «Одежда» для стен.

Перед вами перевернутый мир кино. Названия известных отечественных (если хотите, советских) фильмов изменены до неузнаваемости. Удачного вам превращения!

ПЕРЕВЕРТЫШИ

1. «Плывут лягушки».
2. «Одна вечность зимы».
3. «Шпана невезения».
4. «Взбодрившиеся луной».
5. «Кирпичный протез».
6. «Время разлуки стабилизировать можно».
7. «Ненависть от стервятников».
8. «Клубника империалистическая».
9. «Громкая Амазонка».
10. «Кошка под свежей травой».
11. «Горстка барышень ползучих».
12. «Черная луна лесов».

ОТВЕТЫ
НА 29 СТР.



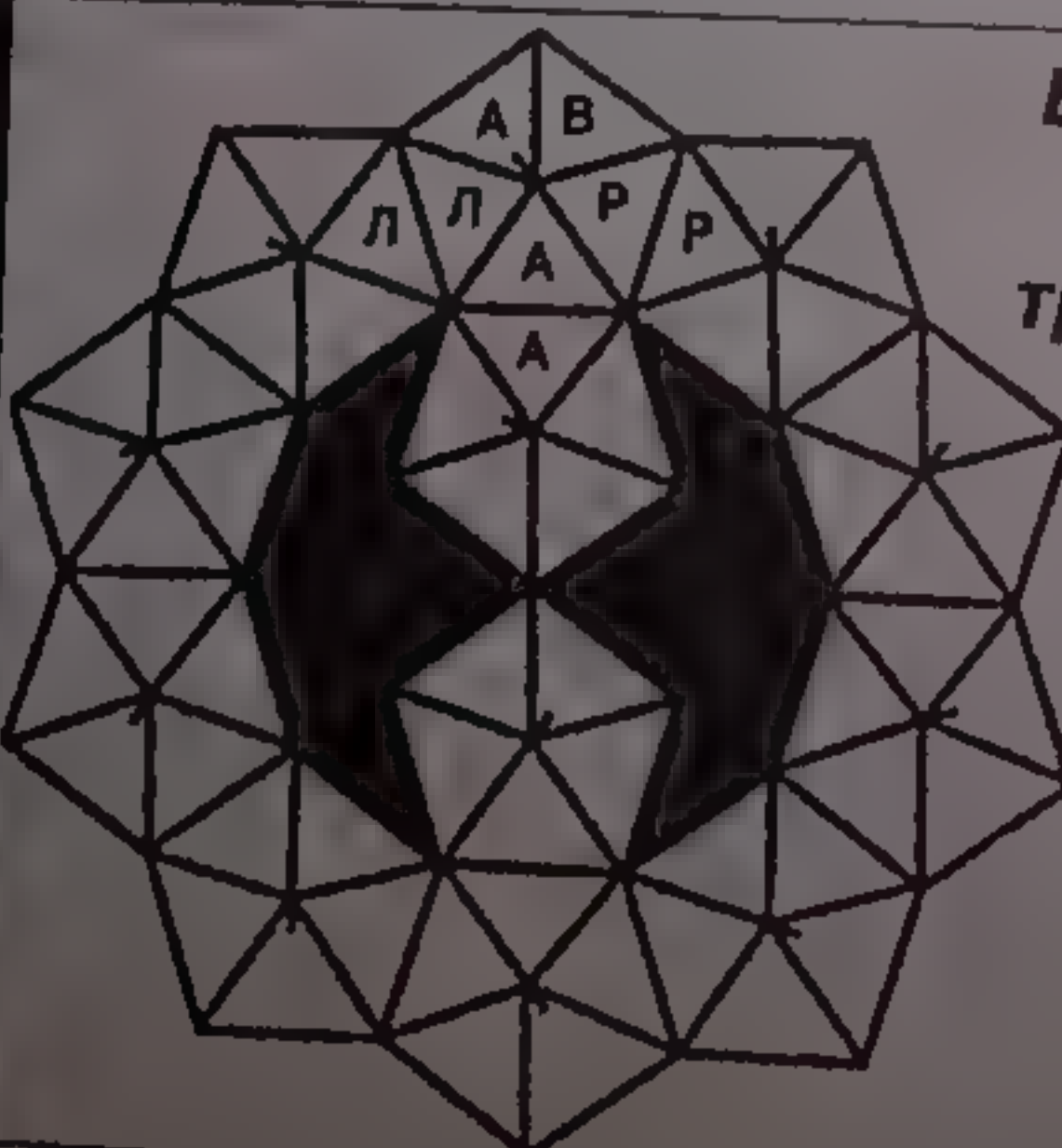
ГОЛОВОЛОМКА

Замените буквы цифрами и решите задачу.

Одинаковым буквам соответствуют одинаковые цифры

РЕКА
+ МОРЕ
ОЗЕРО
ОКЕАН

КРИСТАЛЛ



Впишите слова в грани кристалла так, чтобы в соседних треугольниках стояли одинаковые буквы. Для примера одно слово уже вписано.

АВРАЛ	ДЫРКА	МАЛЯР
ОНАГР	ТЕРРА	ФУРОР
АДРЕС	ЖЕРАР	НАВАЛ
СЛАВА	ФИАКР	ФЮРЕР

ПОДВЕРЖЕНЫ ЛИ ВЫ БЕСПОКОЙСТВУ?

Являются ли страхи обоснованными или для них нет никаких причин? Чтобы определить это, ответьте на предлагаемые вопросы «да» или «нет».

1. Волнуетесь ли вы перед самыми крупными событиями вашей жизни?
2. Требуется ли вам больше 10 минут, чтобы уснуть вечером?
3. Преследует ли вас беспокойство в самые радужные моменты жизни, например когда вы читаете, смотрите фильм или занимаетесь любовью?
4. Беспокоитесь ли вы о вещах, которые от вас не зависят?
5. Если вы сделали все возможное, готовясь к той или иной ситуации или событию, продолжаете ли вы испытывать беспокойство?
6. Если все идет хорошо, беспокоитесь ли вы о том, что «что-нибудь может случиться»?
7. Беспокоитесь ли вы о предстоящем событии настолько, что иногда даже отказываетесь от него, например не идете в гости, сдаете билеты перед отпуском или не отправляетесь за покупками?
8. Находите ли вы повод для беспокойства даже когда жизнь складывается замечательно?
9. Трудно ли вам отогнать от себя беспокойство?
10. Приводит ли ваше беспокойство к физическим расстройствам? Например, прерывается дыхание, сердце бьется чаще, потеют ладони, слабеют руки и ноги, темнеет в глазах, бывают желудочные колики.

Всего: _____

ИНТЕРПРЕТАЦИЯ ОТВЕТОВ

Каждый положительный ответ стоит один балл. Если у вас 0-1 балл, то вы в целом свободны от беспокойства.

Если вы набрали 2-3 балла, вы подвержены ему в небольшой степени.

Если же у вас больше 4 баллов или вы ответили положительно на вопросы 7 и 10, то вы определенно страдаете от беспокойства.

В этом случае необходимо обратиться к психотерапевту, потому что склонность к беспокойству угрожает вашей жизни.

Депрессия — это не просто преходящая хандра или приступ печали, которую вы испытываете, услышав старую песенку о любви. Во время депрессии ухудшается состояние всего организма, а не только разума и настроения. Депрессия способна повлиять на сон, на аппетит, на работоспособность и на отдых.

ИЗМЕРЬТЕ СВОЕ НАСТРОЕНИЕ

Мы предлагаем тест, разработанный Национальным институтом здорового сознания, который поможет определить, страдаете ли вы клинической депрессией. Отметьте симптомы, которые владеют вами по крайней мере в течение двух недель.

- Постоянная тоска, беспокойство или праздность ума.
- Ощущение безнадежности и пессимизма.
- Потеря заинтересованности или удовольствия от обычных видов занятий, которые раньше нравились, например хобби или секс.
- Усталость, потеря энергии, ощущение подавленности.
- Бессонница, раннее пробуждение или чрезмерная сонливость.
- Нарушения в питании: переедание, потеря или прибавление веса, потеря аппетита.
- Затруднения при попытке сконцентрироваться, вспомнить что-то, принять решение.
- Ощущение вины, собственного ничтожества и беспомощности.
- Мысли о смерти и самоубийстве — или попытки самоубийства.
- Раздражительность и беспокойство.
- Неконтролируемые, чрезмерные рыдания.
- Хронические боли, не поддающиеся лечению, например головные боли или расстройства желудка.

ИНТЕРПРЕТАЦИЯ ОТВЕТОВ

Если вы отметили четыре или больше симптомов, если любой из них оказывает влияние на работу или семейную жизнь — или если вам приходят в голову мысли о самоубийстве — необходимо обратиться к врачу.

При постановке диагноза нужно учитывать данные полного физического обследования и семейную историю болезни.

При болезнях печени - пить отвар молодых побегов черной смородины.

Качнется купол неба



Для **ОВНОВ** более благоприятно первое полугодие: в это время они будут более свободны в своих планах и надеждах. Груз забот грозит-ся свалиться на них в последние 4 месяца 2003 года, но Овны с ним справятся и уже в последние недели года обретут былой оптимизм и активность. Почти весь год Овны будут строить планы в любовной сфере. Родителям-Овнам придется уделять значительное внимание своим чадам. В конце весны и в начале лета у Овнов появится новый круг друзей, причем с их появлением и под их влиянием у Овнов существенно поменяются взгляды на жизнь. С июня и до конца года близкие родственники, особенно престарелые, а также домашние хлопоты будут отнимать больше времени и сил, чем прежде. Тем Овнам, у кого есть родственники-Раки, особенно придется позаботиться о них. Июль - самое благоприятное время для отдыха. Однако имейте в виду: в это время и до середины августа у многих Овнов увеличится способность к зачатию. Конец августа опять заставит вернуться в серьезное русло, на многих свалится гора накопившихся дел. В это время также стоит позаботиться о своем здоровье. Более того, те, кто необдуманно развлекался в летние месяцы, могут всерьез озаботиться своим здоровьем. Вообще с сентября для большинства Овнов начнется период, который потребует особого внимания в работе. Некоторым, возможно, покажется, что на них сваливают слишком много и захочется сменить работу в поисках лучшей. Не спешите: время для карьеры еще не пришло. Лучше покажите свое трудолюбие, и тогда (хотя не сразу) оно будет по достоинству оценено вашим начальством. Со второй половины ноября представители этого знака испытают прилив творческих сил, а уже к концу года будут снова блистать в кругу многочисленных друзей.

Если в первые 9 месяцев наступающего года для **ТЕЛЬЦОВ** будут актуальны дела, связанные с семьей, местом жительства, то конец года принесет им перемены на любовном фронте и с детьми. Одинокие Тельцы смогут встретить свою "половинку". Многие Тельцы - работники творческих профессий к концу года могут блестяще реализовать свои творческий потенциал. До июня не стоит строить грандиозных планов, связанных с деньгами. Дело в том, что в это время фортуна навряд ли улыбнется денежным подарком. Скорее всего, все деньги, пришедшие в это время, достанутся кропотливым трудом и, даже если их будет много, возросшие расходы не позволят ощутить чувство



роскоши. Однако это время благоприятствует тем, кто решится скопить деньги на какое-то значительное приобретение своей жизни, например машину или дом. После июня ситуация изменится. Многие из Тельцов окунутся с головой в учебу или интеллектуальный труд, а у остальных просто увеличится количество поездок и контактов с людьми. Наиболее благоприятный период для людей этого знака - вторая половина мая - начало июня. Но перед этим в апреле может ощущаться упадок здоровья и сил. Октябрь (кроме первой декады) благоприятен для вступления в брак или публичных мероприятий и выступлений.



БЛИЗНЕЦЫ в первую половину года принесут с собой нерешенные проблемы предыдущего периода. 2002 год для многих из них был нелегким и в личном плане, и в плане здоровья. Но уже с июня они смогут ощутить себя иначе. Появятся силы, долго вынашиваемые планы смогут воплотиться в действительность. Некоторые из Близнецов решатся на дорогостоящую покупку - это неплохой вариант, это время именно для того, чтобы зарабатывать деньги и тратить их с умом или откладывать. Те, кто решится заняться бизнесом во втором полугодии, пусть не рассчитывают на скоропалительные результаты. Но, приложив значительный труд, они смогут создать себе хорошую материальную базу на несколько лет вперед. Если кто-то из Близнецов планирует покупку квартиры, дома или просто переезд, лучше его отложить до начала осени - это более благоприятный период. Те, кто переезжать не планировал, вероятнее всего, займутся ремонтом или благоустройством квартиры. Однако стоит иметь в виду: смету расходов придется существенно поправить в сторону увеличения. В процессе ремонта и переделок возникнут дополнительные расходы, а у многих в связи с этим ремонт может затянуться даже на целый год.

Для **РАКОВ** более благоприятна первая половина года, чем вторая. Хотя, в целом, этот год для них будет не из легких. Правда, в меньшей степени это касается финансов. Особо удачливые Раки смогут хорошо заработать (но и хорошо потратить-ся!) в первые 9 месяцев наступающего года. В дальнейшем планы у них будут строиться в русле учебы, переквалификации или смены окружения. Особое внимание весь год уделите здоровью и своему психологическому настрою. Именно в связи с последним у вас может возникнуть большинство проблем второго полугодия. Впрочем, не стоит пугать-

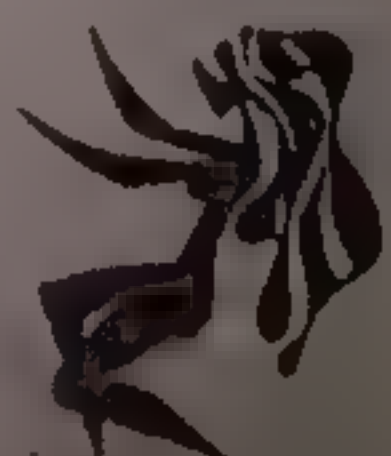


ся, подобный период в то или иное время переживают все. Важно то, с чем мы выйдем из него. Раки - эмоциональные натуры, поэтому во втором полугодии им может (иногда даже необоснованно) казаться, что их не любят, не понимают и вообще, что они одиноки в толпе. Такое самоощущение, если ему поддаться, приведет к депрессии и даже к различным заболеваниям. Плюс, который можно вынести из наступающего периода: вы можете планировать далеко идущие проекты (на несколько лет или на всю жизнь), закалить свой организм и укрепить здоровье и выработать (сознательно!) позитивный взгляд на мир. Все это в дальнейшем приведет к серьезным положительным переменам в жизни. Это время работы над собой. Но не думайте, что уже через месяц вы ощутите результаты всего этого, но зато при выполнении наших советов уже через пару лет вы сможете двинуться вперед таким мощным рывком, какого от себя и не ожидаете.



ЛЬВЫ будут ощущать себя в центре событий (а иногда и в центре Вселенной) почти весь год - по крайней мере, до осени. Скорее всего, для многих из Львов этот период будет насыщен любовными увлечениями, развлечениями и построением грандиозных планов. Однако примите на заметку, что в связи с этими утехами и постройкой "воздушных замков" вы можете оказаться в роли стрекозы из басни. Уже с осени вам потребуются приложить труд и усилия для укрепления материальной базы. Те, кто не будет лениться, смогут заработать. В первую половину года, скорее всего, перейдут прошлогодние проблемы, связанные с работой. Психологически некоторые из Львов не будут настроены на скрупулезный труд с полной самоотдачей, но им будет казаться, что начальство их не ценит. Все же не стоит рваться с привычного места и менять работу. Те же Львы (правда, их будет меньшинство), кто, не поддавшись расслабляющему влиянию Юпитера, будут целеустремленно работать, смогут продвинуться по служебной лестнице, а уже со второй половины года и завести весьма полезные знакомства.

Для **ДЕВ** более благоприятным периодом будет осень с продолжением в последующий год. В это время они смогут немного расслабиться и пожинать плоды своего труда. В целом, 2003 год пройдет относительно спокойно и гладко. Наиболее благоприятным месяцем для них будет август. В первой половине года Девы будут решать вопросы карьеры и реализации долгосрочных проектов. Проявив трудолюбие и целеустремленность, они



Большой и звездноснежный

смогут добиться значительных результатов на этом поприще, причем более вероятно, что ощутят они это уже осенью. Те, кто стремился к повышению или профессиональному росту, смогут этого достичь. Вторая половина года принесет в жизнь Дев серьезные перемены в сфере дружеского общения. В вашем окружении появятся неординарные люди, интересные своим внутренним миром. Постарайтесь в дальнейшем не потерять этих друзей, потому что, скорее всего, это друзья на всю жизнь.



Для **ВЕСОВ** большую часть года будет значимо общение с друзьями, они будут жить их проблемами и радостями. Впрочем, друзья отплатят им тем же. Представители этого знака благодаря своей коммуникабельности смогут завести полезные, а подчас и выгодные знакомства. Вероятно, что кто-то из друзей поможет вам поправить свое материальное положение или воплотить какие-либо замыслы в сфере финансов. Осень и конец года погрузят вас в размышления о смысле бытия и о потусторонних вещах. Если вы планируете поездку на природу, а, возможно, и творческий отлук в уединенном месте, то лучшего времени для этого, чем последние 4 месяца года, и не придумаешь. Первая половина года не принесет значимых событий в плане карьеры, зато уже со второй половины вам придется засучить рукава. И не напрасно! Правда, плоды своих профессиональных усилий вы не соберете мгновенно и сразу, но зато они будут значимы в течение долгих лет. Если кто-либо из представителей данного знака планировал повышение своего профессионального уровня или переход на другое место работы с лучшей должностью и окладом, то планируйте это на второе полугодие. Однако учтите, что в вашем случае фортуна улыбнется лишь трудолюбивым, лентяи же рискуют остаться ни с чем.

Для **СКОРПИОНОВ** более удачной окажется вторая половина года. И не в силу сложившихся обстоятельств, а скорее в связи с тем, что в первом полугодии они могут ощутить упадок сил, душевных или физических, и потому не успеют воспользоваться благоприятными обстоятельствами вовремя. Хотя в работе им будет везти вплоть до наступления осени, но все же наиболее плодотворно реализовать свои амбиции Скорпионы смогут, скорее всего, именно во втором полугодии. Также в это время многие представители этого знака тем или иным образом рас-



ширят свой кругозор: кто-то займется самообразованием, кто-то поедет за рубеж, а кто-то решится изучать иностранный язык. В любом случае, тем или иным образом, каждый из Скорпионов будет бредить дальними странами. Для Скорпионов-преподавателей второе полугодие особенно благоприятно.



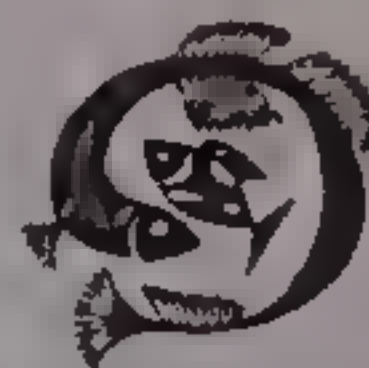
Для **СТРЕЛЬЦАМ** в наступающем году, скорее всего, не захочется сидеть на месте. Некоторые из них будут почти весь год в разъездах, некоторые решатся сменить место жительства, а кое-кто всерьез займется высшим образованием или диссертацией. В любом случае, все вышеперечисленное может благоприятно сказаться в вашей работе уже к концу года. Те, кто ожидал повышения по работе, скорее всего получат его именно осенью. Те же, кто находится в поисках новой более выгодной должности, пусть лучше не торопятся: осень и конец года подходят для перемены работы лучше другого времени. Первая половина года не слишком хороша для партнерских отношений вообще и для брака, в частности. Некоторые супруги будут переживать взаимное охлаждение, многим будет казаться, что это навсегда, но в том-то и дело, что казаться! Не наломайте сгоряча дров. Впоследствии об этом придется очень пожалеть. Вторая половина года принесет некоторое ослабление здоровья и возможна заниженная самооценка способностей.

Для **КОЗЕРОГОВ** первая половина года будет связана со здоровьем и работой. Займитесь текущими делами, но не перегружайте себя. Зато во второй половине года наиболее занимательными станут дела брака, партнерских отношений. Холостым Козерогам стоит задуматься о семье, впрочем, они и сами ощутят в это время тягу к поиску "второй половинки". Тем же, кто уже сделал свой выбор, советуем вступить в брак именно во втором полугодии - тогда ваши отношения обещают быть прочными и счастливыми. Конец года принесет с собой какие-то планы и вопросы, связанные с заграницей, сферой высшего образования или дальними поездками. Если вы решили поменять место жительства, лучше сделать это осенью или в декабре.



Для **ВОДОЛЕЕВ** первое полугодие принесет разочарования, связанные с любовными отношениями, особенно если это адюльтер. Также повышенного внимания и заботы потребуют к себе дети. Зато к Во-

долеям, хранящим верность в браке, фортуна будет более благосклонна. На семейном небосводе безоблачно. Также год будет благоприятствовать тем представителям этого знака, чья работа связана с публичной деятельностью. К вам придет признание, вы сможете завести хороших друзей и полезные знакомства. Еще одно предупреждение, касающееся Водолеев: утечи вне семьи могут привести впоследствии к судебному разбирательству об алиментах. Во втором полугодии людям этого знака придется все-таки заняться своим здоровьем. Не откладывайте обследования и визит к врачу. Эти месяцы благоприятны для укрепления здоровья, но не для наплевательского к нему отношения.



Для **РЫБАМ** в первом полугодии придется решать проблемы, связанные с домом и престарелыми родственниками. Не планируйте переезд на это время: вероятнее всего, что новое место окажется хуже прежнего. А вот во втором полугодии можете переезжать, но только в случае необходимости. Для состоящих в браке Рыб вторая половина года не несет никакого позитива в любовных отношениях на стороне, скорее, одни разочарования. Зато супруг (или супруга) станут для вас опорой и поддержкой, особенно ближе к концу года и в последующие за ним месяцы. Также во второй половине года могут возникнуть проблемы, связанные со здоровьем детей. Те, кто решил сменить место работы, пусть не торопятся до осени. Даже если вы найдете выгодную, как вам покажется, работу, все равно в скором времени вам придется ее сменить.

Звездочет ВЕГА



Ничто не происходит без достаточного основания.

Здравствуй!

Сейчас все больше чувствуется приближение праздников, и так хочется, чтобы в новогоднюю ночь все было как в сказке. Разве каждая женщина не мечтает о том, что-бы хоть раз в году почувствовать себя неотразимой? А как можно почувствовать себя королевой, если работаешь без выходных.

Ольга ПЕТРЕНКО,
Макеевка

РЕЦЕПТ

Смешайте 1 желток и 1 чайную ложку касторового масла, добавьте 1 чайную ложку меда, хорошенько разотрите и нанесите на волосы по проборам с помощью губки, наденьте пластиковый колпак и оберните все это сооружение полотенцем. Оставьте на 20-25 минут, затем сполосните и вымойте голову.

После ванны не спешите энергично растираться полотенцем. Ополосните кожу прохладным душем, а затем слегка промокните ее мягким полотенцем. Не торопясь, мягкими движениями, начиная с ног, вотрите в кожу тела душистый крем или молочко для тела. Область груди слегка помассируйте круговыми движениями и завернитесь в уютный подогретый халат.

жицу вокруг ногтей питательный крем или специальное масло, чтобы смягчить ее. Подкорректируйте кусачками и пилкой изменившуюся за неделю форму ногтей, однако новый слой лака наносить не спешите. Пусть ногти остынут и «затвердеют» после горячей ванны и крема.

И не забудьте о коже рук. Понезьте их в теплой воде с крахмалом и глицерином или просто сделайте увлажняющую маску (такую же, как для лица). А

Красота за один день

Красота требует ухода. Разумеется, ежедневная ванна, чередование масок, терпеливый массаж головы полчасовым расчесыванием и любовное втирание в тело смягчающих гелей принесут неотразимый результат. Однако позволить себе такую ежедневную трату времени может далеко не каждая женщина. **Посвятите немного времени себе хотя бы перед Новым годом, и тогда к вечеру вы будете свежи, красивы и ухожены.**

Прежде всего стоит как следует выспаться и дать организму несколько часов дополнительного отдыха. Так что накануне строго-настрога предупредите родных и близких, чтобы дали вам возможность выспаться. После пробуждения выпейте стакан апельсинового сока или витаминного коктейля (взбейте в миксере 2 столовые ложки фруктового сиропа + 150 мл молока + 1 яйцо). А в течение дня обязательно подкормите свои кожу, волосы и ногти витаминами изнутри: салат, йогурт, нежирная морская рыба.

Пусть это утро начнется не с мимолетного умывания или быстро принятого душа, а с роскошной ванны. Понезтесь в теплой воде, добавьте в нее «приятные мелочи» — сухие травы, масло, пену или ароматическую соль с бодрящим тонизирующим эффектом.

Пока кожа впитывает все дары обогащенной воды, на волосы стоит нанести интенсивную лечебную маску.

Маску можно купить готовую, а можно сделать самой.

После ванны кожа лица идеально подготовлена для **глубокого очищения**. Чтобы скраб действовал интенсивно, наносите его на кожу спиралеобразными движениями от центра лица к периферии — так вы совмещаете очищение с легким массажем. Но осторожно: раздраженная холодом, ветром и колючим снегом, она из-за малейшего пустяка готова покрыться красными пятнами. Это может произойти, даже если гранулы вашего скраба малы и деликатны.

Воспользуйтесь «бабушкиным» рецептом для домашнего пилинга: нанесите на лицо кефир или сметану и после того, как продукт подсохнет, скатывайте образовавшуюся корочку круговыми движениями смоченных водой пальцев, также от центра к периферии.

Подкорректируйте брови. А чтобы смягчить болезненные ощущения, смажьте кожу питательным кремом, промокнув излишки тампоном, чтобы пинцет не скользил.

Пора заняться маникюром. Кстати, снять лаковое покрытие нужно накануне вечером, чтобы ногти хотя бы в течение ночи отдохнули и подышали, а потом «приняли ванну» вместе со всем остальным телом. Вотрите в ко-

потом, сполоснув и промокнув руки, тщательно и любовно втирайте в кисти жирный питательный крем от кончиков пальцев к запястьям, словно надеваете облегающие перчатки.

Теперь займитесь лицом. Протрите кожу лосьоном и нанесите маску — готовую или по «фирменному» рецепту. Если кожа раздражена, успокойте ее прохладной маской с огурцом; если «устала» за рабочую неделю не меньше вас и стала дряблой — взбодрите жгучей маской с продуктами деятельности пчел (прополисом). Если от холодов у вас на лице стали проступать застарелые темные пигментные пятна, сделайте раз в неделю парафиновую маску: она усилит поверхностное кровообращение, и глубокие дефекты постепенно «рассосутся». Через 20 минут снимите любую маску стягивающим лосьоном или кипяченой водой пополам с молоком.

После обеда вновь отдохните. Только не перед экраном телевизора! Почитайте книгу, послушайте музыку, просто поваляйтесь на диване, если сможете — вздремните. **А вечером — обязательно на прогулку.** Только подальше от загазованных улиц. Не пугайтесь, если на улице плохая погода. Пусть ваша «новая» кожа подышит влагой — дождем, снегом или туманом. Кстати, прогулка может полноценному ночному сну, а это самый лучший генератор красоты. А на ночь выпейте чашку травяного чая с ромашкой, мятой, мелиссой. И вы вполне готовы к новым трудовым подвигам!

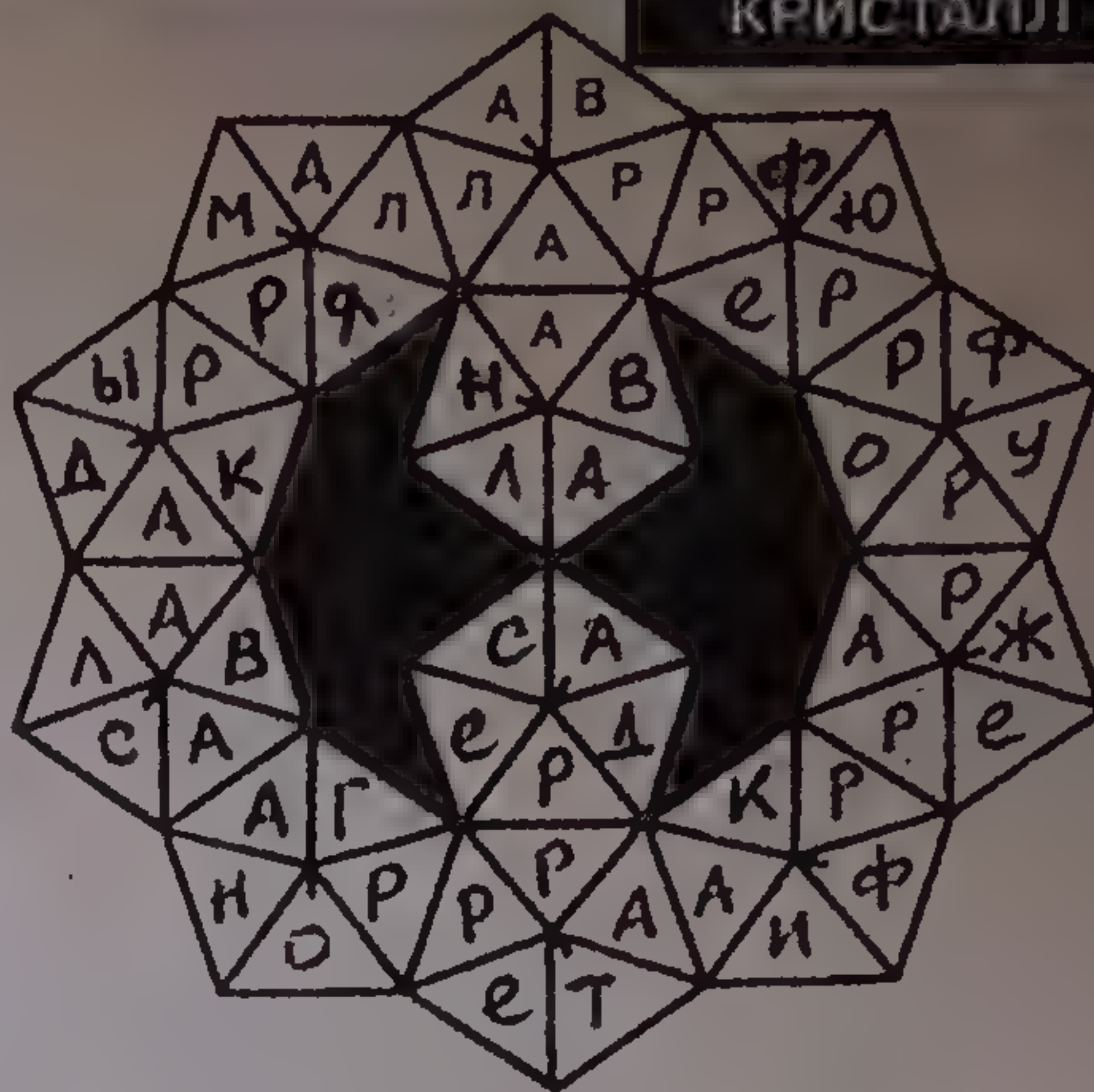
Советы
мадам СОФИН

НЕ ПОЗВОЛЯЙ УМУ ЛЕНИТЬСЯ!

ОТВЕТ НА КРОССВОРД «ЧЕШУЧА»



КРИСТАЛЛ



ПРАВИЛЬНЫЕ ОТВЕТЫ НА «ПЕРЕВЕР- ТЫШИ»

1. «Летят журав-
ли».
2. «Семнадцать
мгновений весны».
3. «Джентльмены
удачи».
4. «Утом-
ленные солнцем».
5. «Бриллиантовая
рука».
6. «Место
встречи изменить
нельзя».
7. «Любовь
и голуби».
8. «Кали-
на красная».
9. «Ти-
хий Дон».
10. «Со-
бака на сене».
11. «Эскадрон гусар
летучих».
12. «Бе-
лое солнце пусты-
ни».

«Самоисцеление
и долголетие»

Цена подписки
на 2003 год

- 1 мес. - 1 грн 84 коп.
- 3 мес. - 5 грн 52 коп.
- 6 мес. - 11 грн 04 коп.
- 12 мес. - 22 грн 08 коп.

Державний комітет зв'язку України

АБОНЕМЕНТ На газету

41332

«Самоисцеление и долголетие»

(найменування видання)

Кількість
комплектів

на рік по місяцях

1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12

Куди

(поштовий індекс)

(адреса)

Кому

(прізвище, ініціали)

ДОСТАВОЧНА КАРТКА

ПВ місце літер

На газету

41332

«Самоисцеление и долголетие»

(найменування видання)

Вартість

передплати

грн.

коп.

Кількість

переадресування

грн.

коп.

комплектів

на рік по місяцях

1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12

поштовий
індекс

місто

село

код вулиці

область

район

вулиця

буд.

корп.

кв.

прізвище, ініціали

ПРИГЛАШАЕМ К ДИАЛОГУ

Стоит ли надевать к праздничному платью плотные колготки?

Марина Голуцова

Если ваш праздничный наряд сшит из легкой или прозрачной ткани, плотные колготки не идеальное дополнение к нему. И даже если вы в повседневной жизни не признаете никаких колготок, кроме тех, на которых обозначена плотность не менее 70 ден, для торжественного вечера сделайте исключение. К тому же, выбирая колготки, не забудьте, что они должны гармонировать по цвету с обувью. И если вы намереваетесь надеть белые туфли, не поддавайтесь соблазну продемонстрировать стройность ваших ног и натянуть черные колготки — они вас не украсят.

Хочу преподнести новогодний сюрприз своему сыну. Подарок должен быть простым, но вместе с тем приятным и неожиданным.

Но, к сожалению, я никак не могу придумать, что лучше купить?

Анна Корнева

Действительно, в магазинах огромен выбор разнообразных подарков и сувениров. Видя такое изобилие, можно и растеряться. Но если у вашего сына еще нет часов, то думаем, что такой подарок его очень порадует. А если вам удастся найти часики с каким-нибудь новогодним изображением на циферблате, это будет вдвойне приятно. Так что подключайте свою фантазию, и вы наверняка что-то придумаете. Тем более что сейчас некоторые фирмы запустили в продажу часы, нажав на крышку которых вы увидите выскочившую из-под нее маленькую рождественскую елочку. Хотя, конечно, стоят они недешево.

ПРИЗЫ ПОДПИСЧИКАМ!

№ 11 июнь 2002 г.

Нетрадиционная медицина

САМОИЩЕЛЕНИЕ
ДОЛГОЛЕТИЕ

Основана в 1994 году, выходит 2 раза в месяц

Подписной индекс:

41332

Люстры

Чижевского

Тел.: (0622) 55-56-11

БЕСПЛАТНЫЕ ЗАОЧНЫЕ КОНСУЛЬТАЦИИ

о здоровье,
бизнесе
в Центре
оздоровления
и трезвости

№ 11 июнь 2002 г.

Нетрадиционная медицина

САМОИЩЕЛЕНИЕ
ДОЛГОЛЕТИЕ

Основана в 1994 году, выходит 2 раза в месяц

Подписной индекс:

СПЕЦВЫПУСК

проверенные рецепты здоровья

777

Подписной индекс

23320

и не только!

Путевки на отдых

Любителям

играть в лотерею

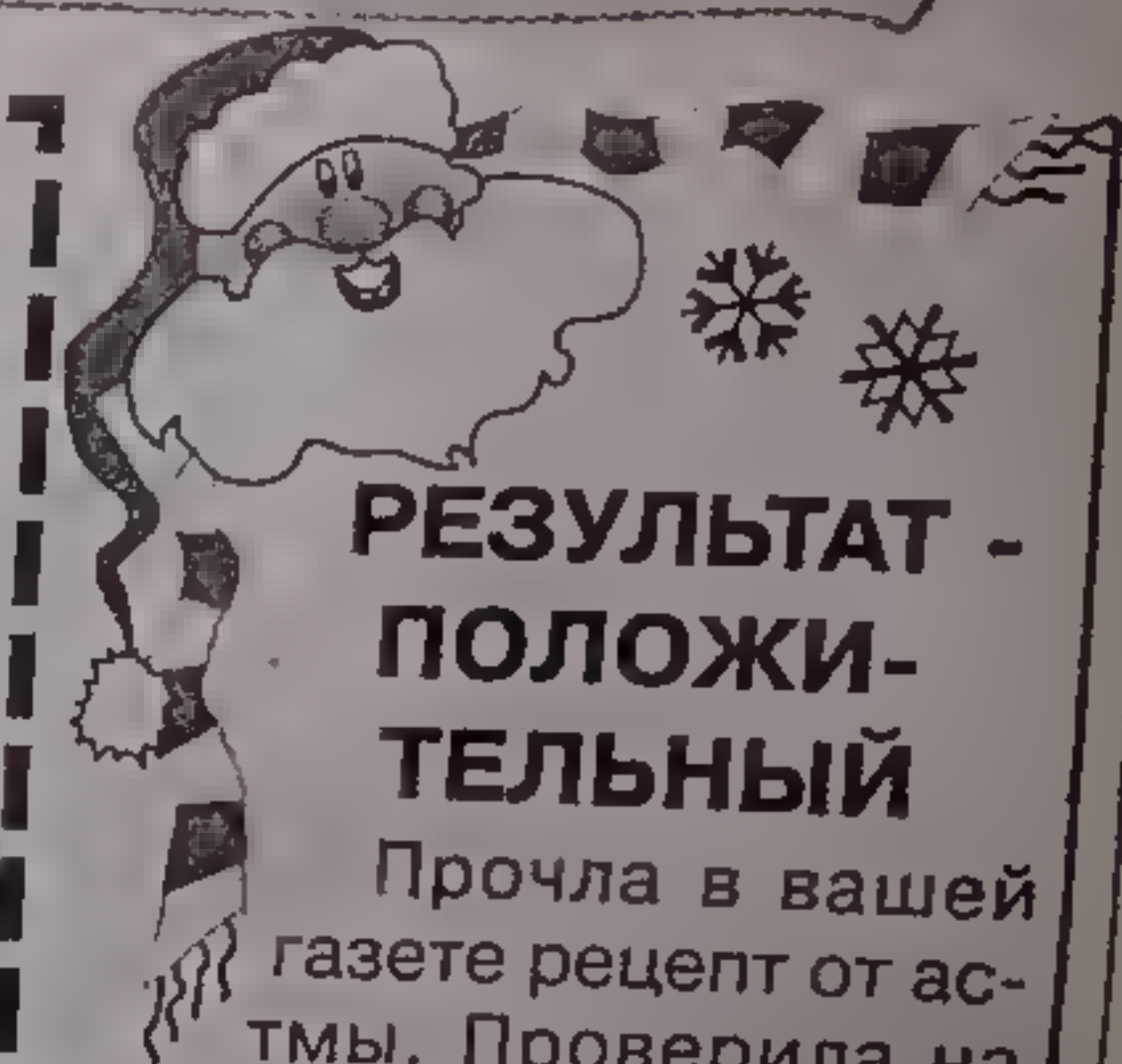
- консультации

экстрасенса

газета для

ХОЗЯЕК

Подписной
индекс
33767



РЕЗУЛЬТАТ - ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЙ

Прочла в вашей газете рецепт от астмы. Проверила на себе. Результат — положительный. Хочу, чтобы и другие воспользовались. Одно условие: печень должна быть в удовлетворительном состоянии

Рецепт: мед, сливочное масло, смалец (свиное сало) и сахар смешать, поставить на слабый огонь и сильно нагреть (но не кипятить). Перед употреблением добавить спирт, вино «Кагор», минеральную воду и питьевую соду. На порцию смеси берут 1 ст ложку спирта, 1 ч. ложку меда, 1 ч. ложку сливочного масла, 50 мл «Кагора», 50 мл минеральной воды, 2 ч. ложки смальца, 1 ч. ложку сахара, 0,5 ч. ложки питьевой соды. Принимать в теплом виде 3 р. в день до еды в течение месяца. Готовить смесь перед едой.

И. Мельникова,
г. Мариуполь

ПОЛЕЗНАЯ СТРАНИЧКА

КОНКУРС ДЛЯ ПОДПИСЧИКОВ УСЛОВИЯ

Участвуют читатели газеты, подписавшиеся не менее чем на 6 месяцев.

1. Необходимо собрать отрывные талоны газет с №19 по № 24 за 2002 год (итого 6 штук.).

2. Заполнить произвольно клеточки



ОТРЫВНОЙ ТАЛОН

№24

3. В этом номере мы публикуем **особый купон**, в который необходимо в произвольном порядке наклеить все отрывные талоны и выслать в редакцию по адресу: **83087, г. Донецк, а/я 2314, (в России - 111141, г. Москва, а/я 473, Краснобельмова Н.Б.)** вместе с копией квитанции о подписке.

4. Все победители будут награждены главным призом: **«ЛЮСТРОЙ ЧИЖЕВСКОГО»**.

ОСОБЫЙ ТАЛОН

Участвуют отрывные талоны газет

с №19 по №24 за 2002 года.

Высылать до 20 января 2003 года

ПРИМЕР ЗАПОЛНЕНИЯ

№				
№				
№				
№				
№				
№				

№20	○	×	○	
№19	○	○	×	
№24	×	○	×	
№22	○	×	×	
№23	×	○	○	
№21	×	×	○	

Уважаемые наши читатели!

В адрес нашей редакции пришло более 10 тыс. писем с просьбой выслать газету с фотографией ясновидящего Владимира СОЛОМИНА. Отвечаем всем сразу: газеты мы не высылаем. Вы скажете, что она приносит удачу в делах и здоровье и вам необходимо, но... газету мы не имеем возможности высылать. Календарики с фотографией В. Соломина и его личным напутствием, а также счастливым числом именно для вас - пожалуйста.

ВСЕ УСЛУГИ ПЛАТНЫЕ

1. Фото с числом удачи на деньги - 15 грн - 300 руб.
2. Фото на выздоровление - 10 грн - 200 руб.
3. Фото на охрану дома - 20 грн - 400 руб.
4. Фото на защиту от сглаза, порчи, поражения энергетики - 20 грн - 400 руб.

Деньги перечислять по адресу:

В Украине: 83087, г. Донецк, а/я 2314,

Колесник Ксении Станиславовны.

В России: 111141, г. Москва, а/я 473,

Краснобельмовой Нине Борисовне.

ВНИМАНИЕ! В письмо не забудьте вложить конверт с обратным адресом. Марок должно быть две.

ПАРОЛЬ «НАСТРОИ НА ВЫЗДОРОВЛЕНИЕ»

Дата рождения

Имя

Пароль

ПАРОЛЬ «СНИЖЕНИЕ ИЗБЫТОЧНОГО ВЕСА»

Дата рождения

Имя

Пароль

ПАРОЛЬ «ДЛЯ ЖЕЛАЮЩИХ БРОСИТЬ ПИТЬ»

Дата рождения

Имя

Пароль

ПАРОЛЬ «ЛЮБОВЬ»

Дата рождения

Имя

Пароль

ПАРОЛЬ «СЧАСТЛИВОЕ ЧИСЛО»

Дата рождения

Имя

Пароль

ПАРОЛЬ «НА ДЕНЬГИ»

Дата рождения

Имя

Пароль

Слова-пароли - это фактор поддержки своего психометрического кредо в момент преодоления тех или иных препятствий в достижении успехов при движении к желанной цели.

Чтобы заработал пароль, он должен быть индивидуален и его лучше четко астрологически и энергетически определить.

Мы можем помочь Вам в этом, если Вы вырежете вышеприведенный купон и вышлете на наш адрес вместе с почтовым переводом на 5 гривень за каждый пароль (в случае заказа трех паролей стоимость составит 12 грн, шести - 22 грн).

Для России: стоимость услуги - 25 руб. за каждый пароль (в случае заказа трех паролей стоимость составит 60 руб., шести - 110 руб.).

Льготы для подписчиков газеты: в Украине стоимость услуги 2 грн за каждый пароль (в случае заказа трех паролей стоимость составит 5 грн, шести - 10 грн). В России 15 руб. за каждый пароль или 25 руб. - за 3 пароля и 48 руб. за 6 паролей. Только не забудьте также выслать копию квитанции о подписке.

Деньги переводить по адресу:

В Украине: 83087, г. Донецк, а/я 2314, Колесник Ксении Станиславовны.

В России: 111141, г. Москва, а/я 473, Краснобельмовой Нине Борисовне.

ВНИМАНИЕ! В письмо не забудьте вложить конверт обратным адресом. Марок должно быть две.

Помните! Что Ваше личное благополучие находится только в Ваших руках, и, используя наши советы, достичь его не составляет особого труда!

№21	○	×	○
№19	○	○	×
№24	×	○	×
№22	○	×	×
№23	×	○	○
№21	×	×	○

наши читатели!

редакции пришло бо-
с просьбой выслать га-
ей ясновидящего Вла-
А. Отвечаем всем сра-
ысылаем. Вы скажете,
доровье и вам необхо-
возможности высылать.
ломина и его личным
числом именно для вас

ПЛАТНЫЕ

ги - 15 грн - 300 руб.
грн - 200 руб.
н - 400 руб.

рчи,
рн - 400 руб.

по адресу:
нецк, а/я 2314,
зовне.

сква, а/я 473,
рисовне.

будьте вложить кон-
рок должно быть две.

Дата рождения	Имя
Пароль	

ПАРОЛЬ «СЧАСТЛИВОЕ ЧИСЛО»	
Дата рождения	Имя
Пароль	

ПАРОЛЬ «НА ДЕНЬГИ»	
Дата рождения	Имя
Пароль	

Слова-пароли - это фактор поддержки своего психометрического кре-
до в момент преодоления тех или иных препятствий в достижении успе-
хов при движении к желанной цели.

Чтобы заработал пароль, он должен быть индивидуален и его лучше
четко астрологически и энергетически определить.

Мы можем помочь Вам в этом, если Вы вырежете вышеприве-
денный купон и вышлете на наш адрес вместе с почтовым переводом на
5 гривень за каждый пароль (в случае заказа трех паролей стоимость со-
ставит 12 грн, шести - 22 грн).

Для России: стоимость услуги - 25 руб. за каждый пароль (в
случае заказа трех паролей стоимость составит 60 руб., шести - 110 руб.).

Льготы для подписчиков газеты: в Украине стоимость услуги 2 грн за
каждый пароль (в случае заказа трех паролей стоимость составит 5 грн,
шести - 10 грн). **В России** 15 руб. за каждый пароль или 25 руб. - за
3 пароля и 48 руб. за 6 паролей. **Только не забудьте также выслать**
копию квитанции о подписке.

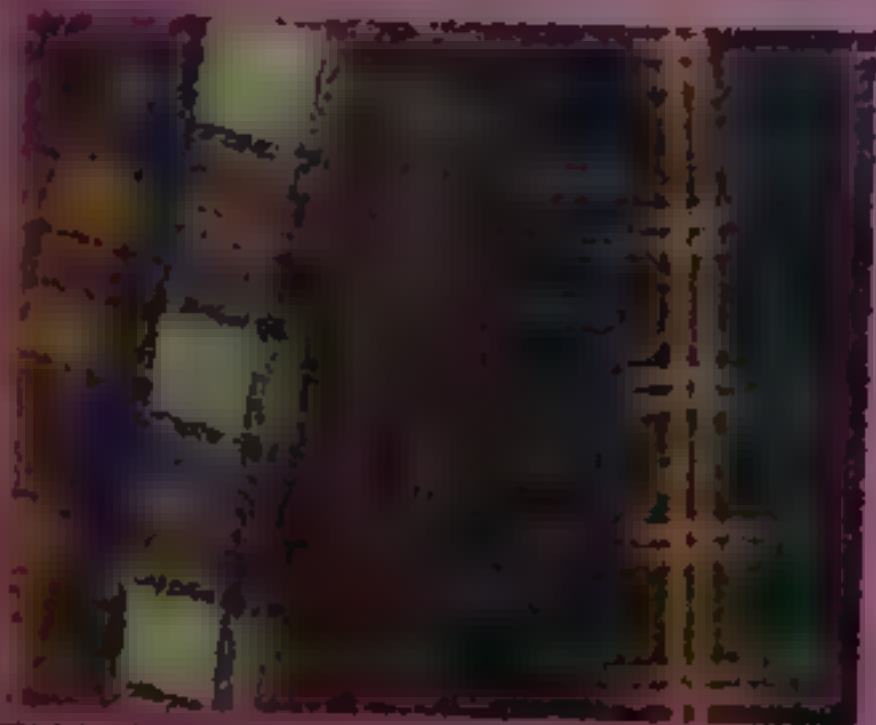
Деньги переводить по адресу:
В Украине - 83087, г. Донецк, а/я 2314, Колесник Ксении Ста-
ниславовне.
В России - 111141, г. Москва, а/я 473, Краснобельмовой
Нине Борисовне.
ВНИМАНИЕ! В письмо не забудьте положить конверт с
обратным адресом. Марок должно быть две.
Помните! Что Ваше личное благополучие находится только
в Ваших руках, и, используя наши советы, достичь его не со-
ставляет особого труда!

ОТОВСЮДУ ПОНЕМНОГУ

ТЕРАПИЯ

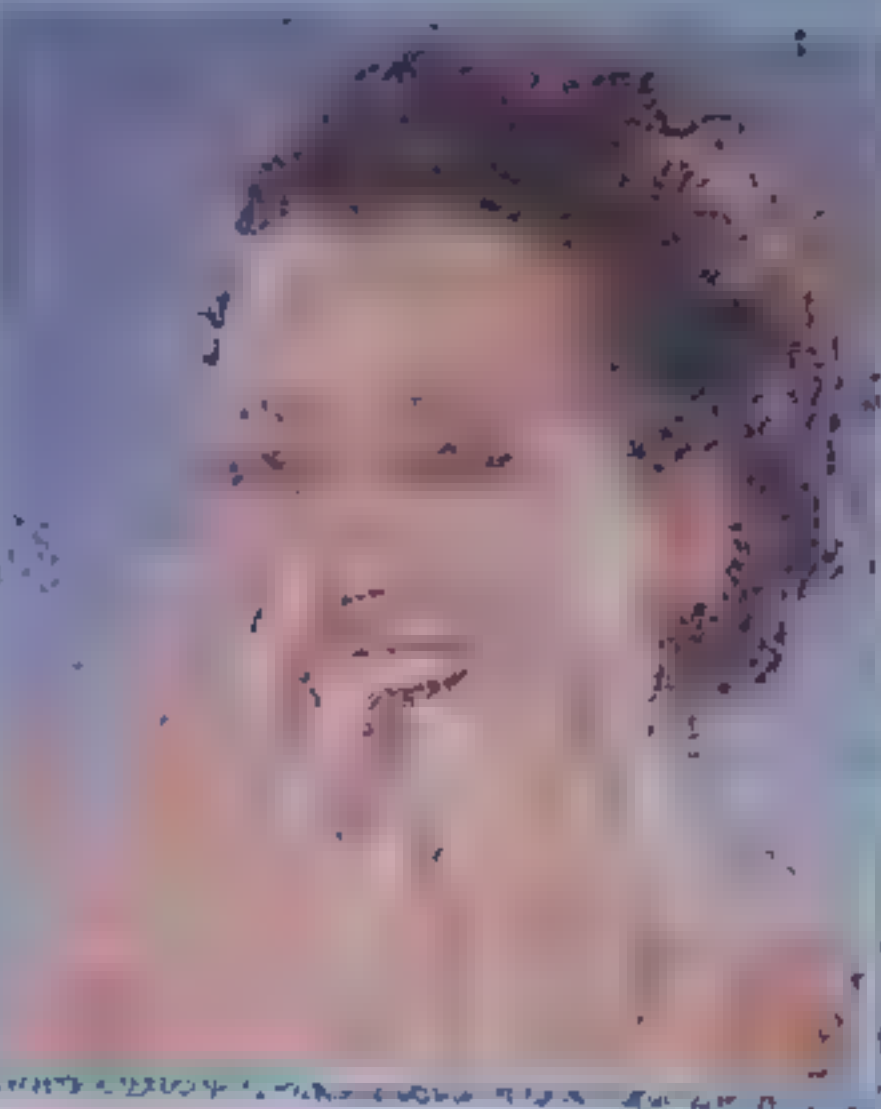
ЦВЕТ ДЕЙСТВУЕТ НА ОРГАНИЗМ

С помощью всех цветов радуги лечили болезни еще в древности. Этот метод используется и сейчас, но ученые пока затрудняются объяснить механизм такой терапии. Они считают, что красный цвет поднимает давление и возбуждает, оранжевый — помогает справиться с депрессией, желтый — полезен для печени, зеленый — снижает давление, голубой — уменьшает усталость и смягчает боли в позвоночнике, синий цвет снимает различные боли, а вот фиолетовый успешно борется с мигренью.



ДЛЯ МАСКА УСТАЛОЙ И ВЛОЙ КОЖИ

Вы недовольны своим лицом? Кожа выглядит уставшей, какой-то неровной, исчез румянец? Вам поможет дрожжевая маска. В ней много витаминов, она прекрасно укрепляет и освежает кожу. 15-20 г дрожжей разведите теплой водой до консистенции сметаны, нанесите толстым слоем на лицо и шею. Через 40 мин смойте маску теплой водой. После процедуры смажьте лицо увлажняющим кремом.



ЗВЕЗДНАЯ ДИЕТА ДЛЯ ВАС

По вторникам — острые приправы

Учитывая особенности дней недели, космобиологи предлагают свою диету. Сегодня вы узнаете, что нужно есть по вторникам. В этот день желудок хочет чего-нибудь острого. Поэтому, если вы любите «погорячее», ешьте зеленый и репчатый лук, чеснок, зерновые, бобовые и помидоры, одобренные экзотическими приправами. От сладких и мучных блюд лучше отказаться.



МАЛЕНЬКИЕ ХОЗЯЙСТВЕННЫЕ ХИТРОСТИ

* Чтобы предохранить канализационные трубы от засорения, время от времени раковину, особенно на кухне, следует промывать горячим раствором соды: щелочная среда хорошо растворяет остатки жира в трубах.

* Пыль с мебели и картинных рам прекрасно стирается влажной мягкой кожей. Это совсем не вредит полировке.

* Картину, написанную маслом, для чистки вынимают из рамы, накрывают влажным полотенцем на 15-20 минут, затем им же протирают поверхность картины. Если жена «засижена» мухами, разведите в литре воды столовую ложку хлорной извести, протрите картину губкой и вытрите насухо.



ГЕНЕРАЛЬНАЯ УБОРКА

В Украине: рег. уд. КВ 2847 от 3.10.97.
Учредитель и главный редактор С. Я. КОСТАНДА

В России: рег. № 018633 от 25.03.99.
Учредитель А. Н. Мозжухина
Издатель и редактор Н. Б. Краснобельмова
111141, г. Москва, а/я 473

Издатель: Агентство «ИСКРА», телефон: 55-56-11
Адрес для писем: 83087 г. Донецк, а/я 2314
E-mail: s.kostanda@mail.ru; iskra_ua@yahoo.com
<http://www.zona.com.ua/www/index.htm>
Главный редактор С. Я. КОСТАНДА
Отпечатано в Типографии Михайлова
Тираж 10630 экз. Общий тираж 30 000 экз.
Заказ 9998

Мнение авторов может не совпадать с мнением редакции. Перепечатка статей — с разрешения редакции.
Рукописи не возвращаются. Просьба: не использовать газету в хозяйственных целях.
Если вы уже прочли газету, подарите ее друзьям или соседям.

февраль 2003 г.

Медицина. Альтернативный подход

САМОИЩЕЛЕНИЕ ДОЛГОЛЕТИЕ

Основана в 1994 году, выходит 2 раза в месяц

Подписной индекс:

для Украины 41332
для России 25593
99243, 15602

- ЗНАХАРСТВУ УЧИЛСЯ ГДЕ?
- В «ЛАГЕРЕ». В КАРАГАНДЕ

**Раскодировка
алкоголика**

**Цепная
реакция
порчи**



**Отравление
хлебом**

**Щедрые
живут
дольше**

Лекарства-фальшивки

**НУ ЧТО ПОДЕЛАТЬ, ЧУТЬ ПОХОЛОДАЕТ,
ОТ БОЛИ СПИНУ ПРЯМО РАЗРЫВАЕТ!**

СЛОВО К ЧИТАТЕЛЮ

**№ 2 (ФЕВРАЛЬ)
2003 ГОД
В НОМЕРЕ:**

Болезни душевные и телесные	3
Скрутипо!	4
Диеты голливудских звезд	6
В здоровом теле - здоровая сперма	6
Проверено временем	7
Как бороться с морщинами	9
Щедрость продлевает жизнь	10
Советы древних целителей	10
Золотая нитка	11
Снежный мальчик	12
Сбиваем температуру	13
Роспись на коже	14
Послушаем... лекарство	15
Пароли помогли мне выжить в трудное время	16
Синдром длительного сдавления	17
С улыбкой о наших заблуждениях	18
Чай на открытой веранде	19
Воля Вселенной	21
Почему наши сокровенные желания не исполняются?	22
Обратная сторона кодирования	23
Слово практикующему целителю	23
Проблема секса среди инвалидов	24
Ревизор	25
Хвостатые лекари	26
Лекарства-фальшивки	27
Бойтесь батонов из частных пекарен	28
«Хороши» зеленые бутылки?	29
Великое противостояние	30
Полезная страничка	31
Консультация с экспертом по гомеопатии	32



Какой же Дед Мороз НЕ ХОЧЕТ В АФРИКУ!!!

...- А зиму я терпеть не могу, - провозгласил мой друг Константин - анестезиолог одной из городской больниц.

- Да ты что? - искренне изумился я. Ведь зима исстари считалась у славян временем года, когда человек отдыхает от трудов праведных, все главные христианские праздники - зимой, большинство свадеб - зимой, сколько игр, гуляний?..

- Запел! - Костя неодобрительно качнул головой, - А ты знаешь, что у врачей зимой самая горячая пора? Мой друг усмехнулся собственному каламбуру. Хочешь несколько случаев из моей «зимней» практики?

В санпропускник «скорая» привозит пацана. «Поддал» с дружкой и начали в честь Нового года швырять петарды с балкона. Одна взорвалась в руке на взмахе. Результат - ожоги руки, лица, рваные раны...

На носилках хохочущий мужик в форме офицера авиации:

- Надо ж, налетел больше тысячи часов, а на гололеде, трезвый, в двух местах ногу сломал...

Еще одному мужику грозит ампутация нескольких пальцев. Рыболов-подледник. Утречком сел над лункой,

ну и, по его словам, чтобы не замерзнуть, ублажал себя водочкой, да не рассчитал. Уснул и отморозил кисти рук...

С совершенно разбитым лицом «браток» в бреду возглашает с каталки: «Ну попал он, попал». Две машины столкнулись на гололеде, и у пацанов сейчас одна проблема - здоровье, а то и жизнь сохранить. Кто «попал» - это уж потом выяснится...

Парень с испуганным лицом вносит на руках девушку, почти ребенка:

- Доктор, я ее сбил машиной. Она перебежала дорогу, поскользнулась и прямо под колеса; еле затормозил.

К счастью, у девушки всего лишь ушиб...

Мамаша привозит стонущего мальчика с забинтованным плечом. Катался на санках, перевернулся, вывихнул плечо.

- Ничего, парень. Все срастется, - успокаивает дедок на костылях. - Я с террикона на лыжах хотел спуститься, как в молодости. Не получилось.

Трое кашляют, будто лают. Двое играли в хоккей и провалились под лед, третий парился в бане с последующим нырянием в прорубь. Все трое подхватили воспаление легких.

- А знал бы ты, сколько за зиму переломов, вывихов на гололеде, сотрясений мозга. У молодежи очередной заскок. Во всех американских фильмах их сверстники с непокрытой

головой разгуливают. Наши

давай подражать, не понимая, что там же и климат другой, да и вообще - кино это. А потом менингиты, головные боли...

Об алкогольных отравлениях после гулянок я уж и не говорю. Нет, как хочешь, а я зиму не люблю.

Я задумался над словами Кости. Видимо, не так уж он и не прав. Нет-нет, зима - прекрасное время года. Но, братцы, давайте проводить ее красиво, весело и без финиша на больничной койке.

Валерий Веселов

Помог
обездо
в том, чт
бочно сч
кто-либ
гим из ни
расенсо
новидящ
гадатель
духов, се
них ушли
танные д
ленная б
плачевны

**И он
неволь
чаяния**

Я пони
то, во чт
вас наве
чай, когда
ной, про
Единому
Духу, во
становил
полноце

Как н
смерть -
откупить
сроки е
ся, все
милосер
кие зна
карстве
ческое н
ницы до
явились
которых
мали. Н
шем бу
Божьих
рядке в

Иногда
здавлен
- неизб
ялся. В
ит совс
Источни
Слова -
все в Б
века за
зоваться
сердце
по кано

СА

ДУХОВНОЕ ИЩЕЛЕНИЕ

ДУШЕВНЫЕ и телесные

Помогая несчастным, больным и обездоленным, я уже давно убедился в том, что большинство людей ошибочно считают, что помочь им может кто-либо другой, но не он сам. Многим из них пришлось побывать у экстрасенсов, целителей, знахарей, ясновидящих, прорицателей, колдунов, гадалей, ворожбитов, вызывателей духов, сектантов. Но, к сожалению, от них ушли одни только кровно заработанные денежки. Болезнь же, усугубленная безвыходностью, приобрела плачевные формы.

И они из состояния надежды невольно перешли в стадию отчаяния и уныния: все, конец!

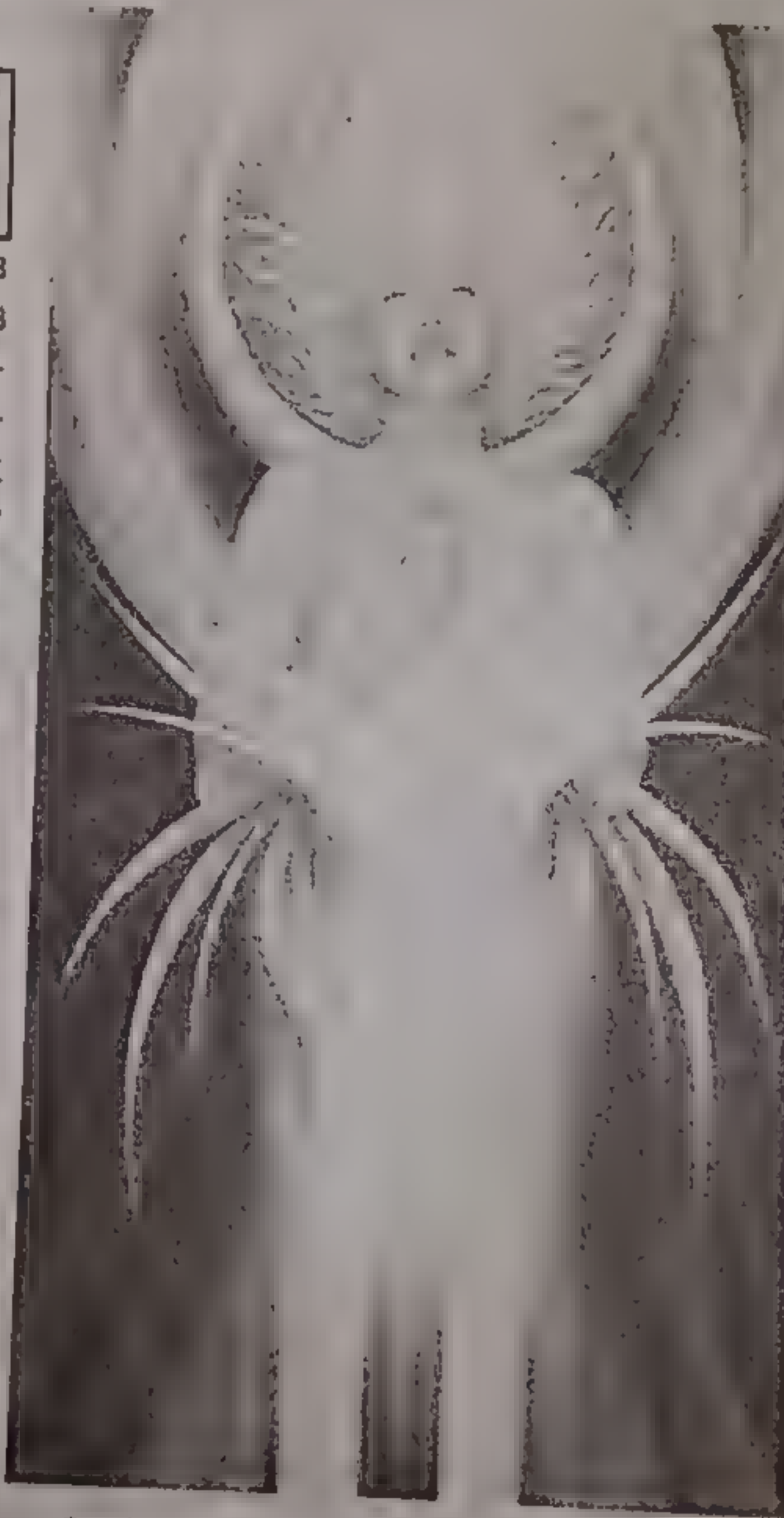
Я понимаю, что трудно поверить в то, во что не верится. Но многие из вас наверняка могут припомнить случаи, когда обреченный на смерть больной, пройдя исцеление молитвами к Единому Богу – Отцу, Сыну и Святому Духу, вопреки всем выздоравливал, становился на ноги и продолжал жить полноценной жизнью.

Как ни горько осознавать, но смерть – неизбежна. От нее нельзя откупиться никому. Но **передвинуть сроки ее появления, оказывается, все же можно.** Бог по Своему милосердию дал людям медицинские знания, поместил на Земле лекарственные растения. Но человеческое невежество перешло все границы допустимого. И, как итог, появились заболевания, лекарств от которых люди до сих пор не придумали. Не появятся они и в ближайшем будущем, так как нарушение Божьих Законов в обязательном порядке влечет за собою наказание.

Иногда кажется, что выхода из создавшегося положения нет, что исход – неизбежен, а приговор уже состоялся. В действительности все обстоит совсем не так! Библия – Вечный Источник Истины Мудрости Божьего Слова – по этому поводу говорит, что все в Божьих руках. От самого человека зависит, захочет ли он воспользоваться Божьим дарованием и милосердием, чтобы прожить свою жизнь по канонам Божьей Правды. Бог еще

ни разу никого не оставил без Своего Отеческого внимания и конкретной помощи.

Всевышний, сотворив человека по образу и подобию Своему, предложил ему и Благословение, и проклятие. Теперь сам человек, по своей собственной воле, мог выбирать или то, или другое. Но, уклоняясь от Благословения, он автоматически попадает под проклятие, несущее наказание за совершенный грех.



Заболевая, мы согласны идти куда угодно, лишь бы спасти свое тело. Нам необходимо приходить только туда, где исповедуется имя Божье (Втор. 12:5-7, 11). Именно по вере и делам Бог помогает человеку. Если молитвы страждущего идут от его чистой души, то Бог исполнит просьбы его (Втор. 10:10). Тем более что взамен наш Небесный Отец желает, чтобы мы уважали и любили Его как Творца и Отца, выполняли Его Законы, любили и уважали друг друга.

Очень часто люди по своему неверию клеветают на Всевышнего, говоря, что Он не слышит их. Святое Писание утверждает, что Бог всегда слышит наши словесные и мысленные просьбы и обещания измениться в лучшую сторону, но не видит их исполнения (Втор. 5:28, 29). Таким способом человек сам лишает себя Божьей помощи.

ПОМНИТЕ, что раздражение, уныние, отчаяние, обида и зависть – это вещи сатанинские. Все это приводит к страху, который обязательно усугубляет человеческое болезненное состояние. **НАПРОТИВ**, покаяние через собственную совесть; прощение врагов своих через жалость к ним; терпение, добрые дела, вера в Бога и Божью справедливость и молитвы ко Всевышнему поистине принесут искренне покаявшемуся праведные и правдивые плоды.

Будьте едины в делах праведных, ибо единство верующих было самым заветным желанием в сердце Спасителя и Господа Иисуса Христа. Помните, что спастись, в том числе – и получить помощь Свыше в исцелении от любого заболевания, можно, сохраняя единство своего духа в союзе мира в Едином Телесном Христовом – Его Церкви: «Одно тело и один дух, одна надежда, один Господь, одна вера, одно крещение, один Бог...»

ПОМНИТЕ, что союз – это одно, а Единство – совсем другое. Союз может быть достигнут насильно, а единство может существовать только в преданности. Союз можно создать, привязав двух людей друг к другу веревками, а единство возникает лишь тогда, когда сердца привязываются друг к другу Верой, Надеждой и Любовью...

Помните, что Бог – Искупитель и Спаситель, но Он – Праведный и Справедливый Судья. Те, кто видит Бога только как Бога Любви, недооценивают Его ненависти к греху и не хотят замечать, как Он наказывает не покоренных Его Божественной воле...

Скрутила!

Разговоры в больничных коридорах

- У меня разные способы лечения радикулита. Да и мои советы многим помогли. Но самый лучший рецепт много раз опробовала на себе. Нужно, чтобы кто-то растер вам больное место пчелиным или змеиным ядом, а потом приложил к нему нагретый кирпич (чтобы можно было терпеть) и плотно привязал его. Обязательно поможет...

- Ну и где вы сейчас возьмете этот пчелиный-змеиный яд? А если и найдете, сколько он стоит? Нет. **Есть способ подешевле и тоже надежный.** Берете 2-3 корня хрена и натираете на терке. Потом выкладываете его на марлю и чем-нибудь теплым привязываете. Держать столько, сколько вытерпишь. Когда этот «бутерброд с хреном» держать станет невозможно, снять. Иначе спину сожжешь...

У кабинета невропатолога одной из городских больниц собралось изрядное количество народа. Я оказался здесь совсем не случайно. В силу профессиональной необходимости мне часто приходится бывать в больницах, разговаривать с больными и медперсоналом. Очень люблю постоить у кабинета, послушать, о чем говорят пришедшие на прием. А разгово-

воры, как правило, крутятся вокруг одного — лечения «верными» средствами.

- У меня, как чуть похолодает, спину прямо разрывает, - жаловался мужик весьма штангистской внешности, - радикулит в шахте подцепил. Так я горчицами подлечиваюсь. Откровенно говоря, вылечиться до конца не удастся, но боль снимает неплохо.

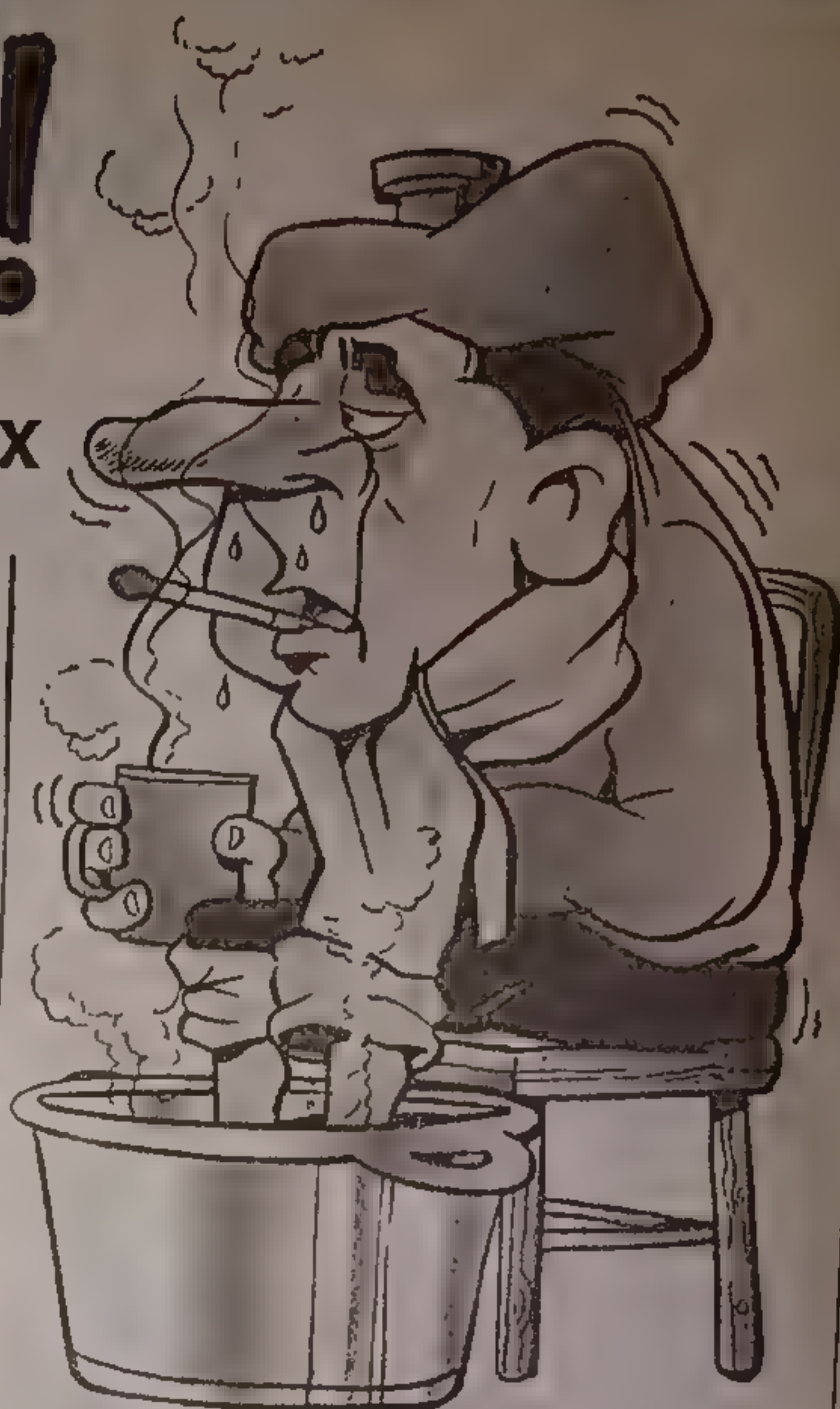
- А это как - горчицами? - интересуется женщина средних лет.

- Ну, как? - Мужик начинает обстоятельно рассказывать. - Вот, значит, на 50 граммов воды - половину таблетки фурацилина. Только это вылить в мисочку надо. Потом прокипятить, таблетка должна раствориться. Затем в этот раствор добавить ложку меда и хорошо размешать. Потом окунуть туда горчишки и положить на поясницу. Через 10 минут снимаете и обвязываетесь шерстяным платком. Это на всю ночь. Утром обязательно будет легче.

- Да, мед - это да! Мед - это вещь. Настоящее лекарство. - В разговор вступает лысый суховатый дедок, который сидит, опираясь на палочку. - Мне однажды дали рецепт, так за несколько применений я о радикулите вообще забыл.

- А чего ж пришел? - шахтер бесцеремонно перебивает деда.

- А я с мигренью, - дедок оби-



делся, - ты поживи с мое...

- Ладно, дед, проехали. Что у тебя за рецепт?

- Та, все просто: берешь ложку английской соли, ложку меда и теплой воды. Все перемешать и втереть в поясницу, накрыть полиэтиленовой пленкой и завязать платком или шарфом. Это на ночь, конечно. Утром снять, вечером - снова. Только пока лечишься, нужно побольше лежать, поменьше резких движений делать.

- Мне подруга рецепт интересный рассказала, только он зимой не годится. Нужно нарвать молодой крапивы. Ну, которая сантиметров на 10-15 выросла. Старая не годится. Так вот, из той крапивы нужно соорудить мочалку и попросить, чтобы вас ею растерли там, где болит. Моя подруга, когда муж натирал, так орала, что сосед прибежал, думал - убивают. Оказалось - лечат. Так вот, с того раза она о радикулите и не вспоминает.

«КРУГЛЫЙ СТОЛ» РЕДАКЦИИ

Совсем молоденькая девушка, студентка, наверное, нерешительно произнесла:

- Амне вот бабушка говорила...

- Ну-ну, — подбодрили ее из очереди.

- Надо встать утром перед иконами, а если нет икон, то лицом на восток, и отбивать 40 поклонов. Начать надо с семи и каждый день прибавлять по 3. Поклоны отбивать в течение месяца со словами: «Господи, помоги! Иисусе Христе, помоги! Пресвятая Мати Богородица, помоги!» И при этом кланяться.

- Это хорошо, — проговорил молчавший доселе мужчина лет сорока, — но, по-моему, ваша бабушка подсказала вам рецепт простой утренней физзарядки с увеличением нагрузок.

- Не скажите, — пожилая женщина из очереди покачала седой головой. — **Молитва — это очищение души, а с него нужно начинать всякое лечение.**

ческий. После автокатастрофы. Меня тренер на ноги поставил. Я каждый вечер делал наклоны, держа за головой блин от штанги, а потом с этим же блином приседал не отрывая от пола пятки. Начать можно с десяти раз, а потом постепенно увеличивать. Но это не всем подходит.

- Конечно, не всем, — поддержал меня шахтер. — Мне помнится, как я в Славяногорске на квартире жил, так тамошня хозяйка советовала от радикулита на карачках ползать... Аштангу мне где найти? Не покупать же.

- Это как же, простите, на карачках?

- А так. Утром проснулся, встал на четвереньки и поползал немного. Когда боль такая, чего не сделаешь.

- Помогло?

- Да я не пробовал. Перед домашними неудобно...

может излечить человека сразу, мгновенно. Поэтому ко мне народ часто идет просто за больничными листами, а лечатся — кто как может. Но, должен сказать, это не самый худший вариант.

- А вам известен какой-нибудь эффективный рецепт от радикулита? Из народной медицины?

- Я рекомендую пациентам следующее: взять 2-3 куса адамова корня (есть на рынках), промыть и натереть на крупной терке. Корень поместить в литровую бутылку, залить спиртом и плотно закрыть пробкой. Через десять суток настойка готова. Хранится долго, не теряя свойств. Для лечения делают компресс из этой настойки на поясницу, и больной ложится на грелку (лучше электрическую). Кстати, тем же способом можно лечить и пяточную шпору, только компрессов нужно будет сделать больше.

**Больницу посетил
Валерий Веселов.**

- Возможно, — мужчина пожал плечами. — У меня радикулит был сильный, я, кстати, сейчас по другому вопросу. Помнится, года четыре шерстяной платок с поясницы не снимал. А потом разозлился, осточертело деньги на лекарства тратить, начал сам лечиться. Каждое утро после сна сильно провожу костяшками пальцев по позвоночнику 15-20 раз. Естественно, куда дотянуться могу. Делаю это несмотря на то, что боли уж неет.

- А вы с чем, молодой человек, — обратилась ко мне бабулька, — тоже поперек прихватило?

- Нет. Я по личному вопросу, но радикулит у меня был. Травмати-

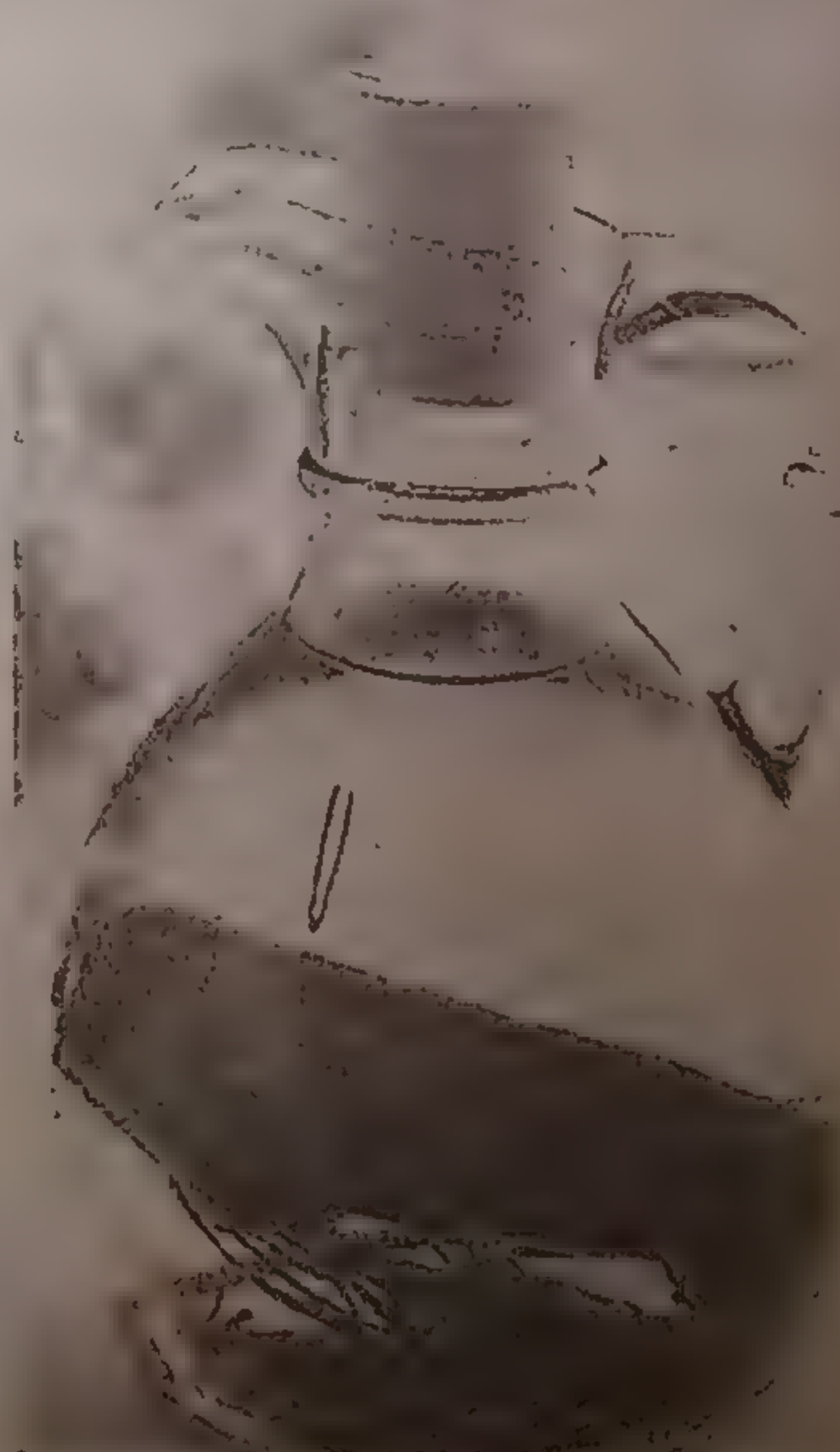
...Мне удалось встретиться с невропатологом той больницы этим же вечером. Рассказал, что слышал в очереди.

- Так кто же прав, доктор? И вообще, что лучше — лечить радикулит народными средствами или все же осаждать кабинеты врачей, надеясь на уколы и таблетки?

- Как вам сказать? Спектр народных средств более богат и весьма надежен. Опять же, далеко не всем полезно глотать таблетки и принимать инъекции, да и цены сейчас, сами знаете... Медикаментозное лечение многим не по карману.

- Но идут к вам...

- Конечно, ни одно средство не



ДИЕТЫ голливудских звезд

Вот уже несколько лет большой популярностью в Голливуде пользуется так называемая «зональная диета», на которой благополучно отсидели Мадонна, Алисия Сильверстоун, Синди Кроуфорд, Кристиан Слейтер.

На первый взгляд ее принцип крайне прост: **каждое блюдо должно включать в себя 40% углеводов и по 30% белков с жирами.** Однако на практике осуществить это довольно сложно, и поклонникам метода приходится заказывать еду с доставкой на дом в специальных центрах.

Шер и Дженнифер Лав Хьюитт оценили гораздо более простую систему

И ведь что любопытно: могут при своих миллионах есть все, что заблагорассудится, а едят всякую фигню - потому и выглядят так великолепно.

диетолога Иоланды Бергман, позволяющую за полтора месяца сбросить пять килограммов. Для этого необходимо полностью отказаться от орехов, семечек, масла, шоколада, авокадо, майонеза, маргарина, молочных продуктов жирностью более 1%. В день позволительно употреблять максимум 25 граммов жира, а мясо разрешено лишь дважды в неделю. Сырые же овощи и фрукты лопать можно тоннами - и не меньше пяти раз в сутки.

Джерри Холлиуэлл долгое время была ярой приверженкой диеты Аткинса, при которой питаться **нужно исключительно нежирными белковыми продуктами** (куриные грудки без кожи, яйца, морская рыба), сократив употребление углеводов до 40 граммов в день (эквивалент небольшого банана). Однако медики предостерегают, что подобное меню может оказаться смертельным, ибо приводит к необратимым биохимическим изменениям в организме. Сейчас самая худенькая «Спайс Герл» питается более разумно и сбалансированно, хотя очень внимательно считает калории.

В здоровом теле - ЗДОРОВАЯ СПЕРМА

Результаты последних исследований показали, что у мужчин, так же как и у женщин, существуют биологические часы, сбой которых приводит к необратимым последствиям, в том числе, к потере возможности обзавестись здоровым потомством.

Согласно отчетам экспертов, каждая шестая пара в Великобритании бесплодна, и в трети случаях это связано с неспособностью мужчины иметь детей.

Доктор Кэрл Купер и его коллега Ян Бенкс предлагают мужчинам воспользоваться советами, которые помогут им решить их семейные и сексуальные проблемы.

1. **Сексом следует заниматься как можно чаще, или хотя бы с постоянной регулярностью.** Эякуляция сохраняет мужскую сперму здоровой. В отсутствие постоянного партнера мастурбация только приветствуется.

2. «Семейные» трусы, или «боксеры», - являются самым удобным и «здоровым» нижним бельем для представите-

лей сильной

половины человечества. Модные узкие плавки снижают приток крови к яичкам и способствуют их нагреванию, количество сперматозоидов при эякуляции у любителей плавков значительно ниже.

3. **Продолжительные ваннные процедуры** в горячей воде также приводят к снижению количества сперматозоидов.

4. Если вы планируете стать отцом, **избегайте слишком жестких спортивных игр**, в ходе которых можно получить серьезные травмы. Хотя бы на время. При травме яичков вырабатываются антитела, которые «атакуют» сперматозоиды не в вашу пользу.

5. В 40% случаев причиной мужского бесплодия является **злоупотребление алкоголем.**

6. Будущим отцам следует отказаться от приема наркотиков, а количество сигарет



уменьшить до 5 штук в день.

7. Постарайтесь **есть больше овощей и фруктов**, которые помогут бороться вашему организму с так называемыми «свободными радикалами», могущими нанести вред вашей сперме.

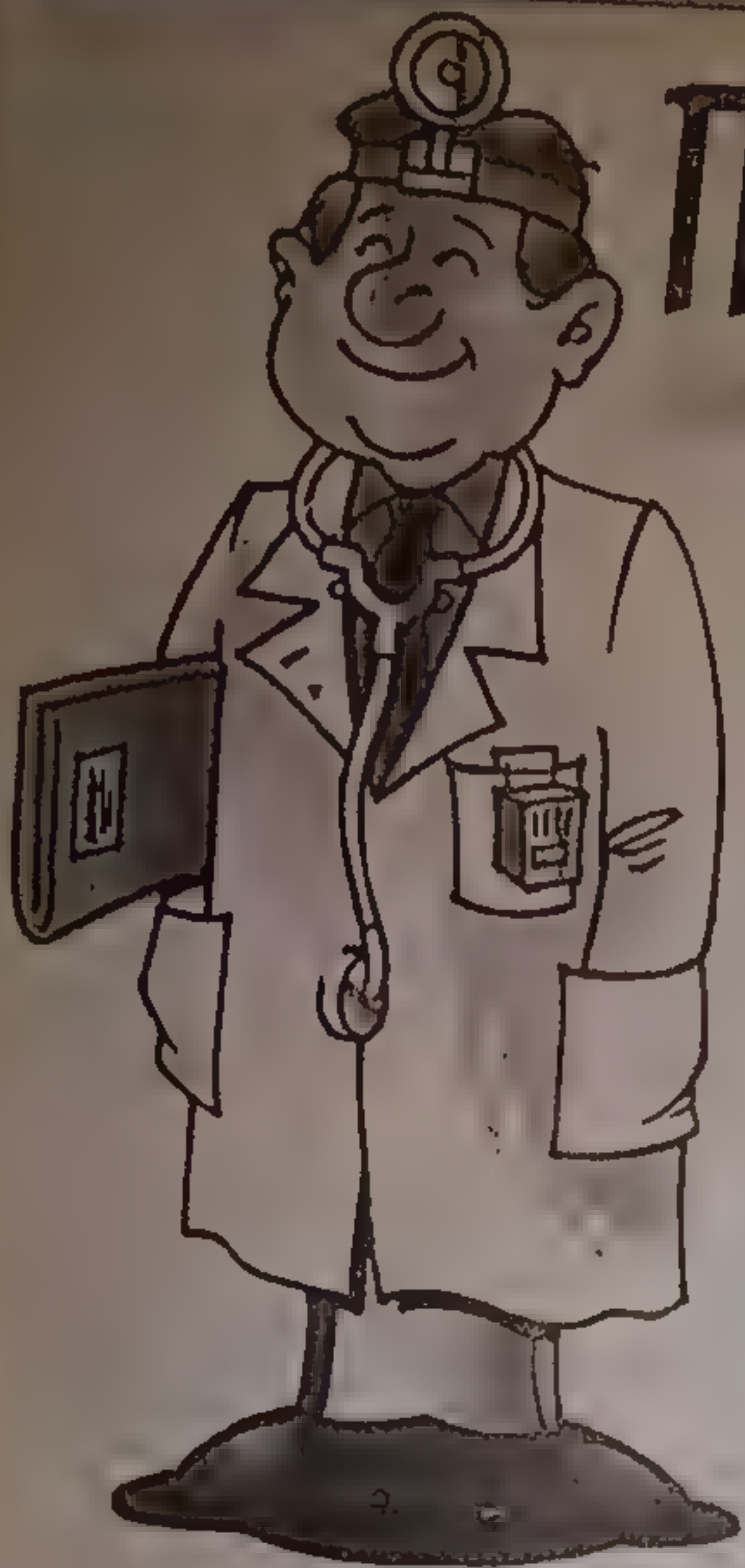
8. По возможности **избегайте контактов с токсичными веществами.** Следите за своей гигиеной и тщательно мойте продукты питания. Химикаты и пестициды непременно скажутся на количестве сперматозоидов. Пейте больше воды!

9. Количество здоровых сперматозоидов **может значительно снизиться при использовании продуктов неорганического производства.** Исследования американских ученых показали, что химический элемент дибутил фталат, который был обнаружен в шампунях, кондиционерах и мыле, может повлиять на качество мужской спермы.

10. Активный образ жизни - залог здорового потомства! У мужчин, сидящих более шести часов в день на рабочем месте, качество спермы оставляет желать лучшего.

При выполнении всех вышеуказанных рекомендаций вероятность стать счастливым папой увеличивается.

ПРОВЕРЕНО ВРЕМЕНЕМ



Уважаемые читатели!
Мы продолжаем получать
сотни ваших писем, в которых
вы просите совета,
как избавиться от того или
иного недуга, и хотя в новом
году хочется пожелать вам
забыть о болезнях, ваши
просьбы мы выполняли и будем
выполнять впредь, привлекая к
этой работе квалифицирован-
ных специалистов, практикую-
щих в разных областях офици-
альной и народной медицины.

УБЕРИТЕ ЖИВОТ

* У меня проблема. Я вроде и
стройненькая, и худенькая, и
живота нет, но вот вечером он
как будто надувается. Что
делать?

Нина Р., г. Донецк

Попробуйте следующий
способ. Возьмите семе-
на моркови, истолките
их в порошок и принимайте триж-
ды в день по 1 г, запивая кипяче-
ной водой. Можно принимать и
горячий настой семян моркови: 1
столовую ложку семян залейте 1
стаканом кипятка, дайте настоять-
ся в течение ночи в теплом месте.

Пить по одному стакану трижды в
день горячим (как чай).

РЕДЬКА ПРИ ЦИРРОЗЕ

* Мой муж страдает циррозом
печени. Он пьет лекарства, но
хотелось бы попробовать и
народные средства.

Тамара Д., г. Амвросиевка

При циррозе печени и хо-
лецистите очень полез-
на редька. Она стимули-
рует выделение желчи и желудоч-
ного сока, улучшает пищеварение.
Но редьку нельзя принимать
внутри при сердечных заболеваниях,
гастритах с повышенной кис-
лотностью, язвах желудка и две-
надцатиперстной кишки. А в каче-
стве рецепта от цирроза можно
посоветовать приготовить смесь
из 10 г листьев крапивы двудом-
ной, 20 г плодов шиповника, 20 г
пырея ползучего. 1 ст. ложку этой
смеси смешайте со стаканом воды
и варите 10-15 мин, затем дайте
отвару настояться 10 мин и про-
цедите. Пейте по 1 стакану 2 раза
в день до полного излечения.

НАСТОЙ ИЗ ПЕТРУШКИ

* У меня в почках камни.
Слышала, что есть народные
средства от этого недуга.

Может,
подскажете?

Ирина С.,

г. Днепрпетровск

Пожалуй, наи-
более эффек-
тивен настой
из петрушки. Нужно
взять по одной чайной
ложке мелко нарезанных
корней и листьев свежей
петрушки, залить смесь 1
стаканом кипятка и настаи-
вать, укутав, 2-3 часа. При-
готовленный отвар необходи-

мо пить по 1 стакану за час до еды
в три приема небольшими глотка-
ми. Можно также пить настой из
одних корней петрушки, а зимой
заваривать сушеную петрушку
вместо свежей.

КОРА ИВЫ ПРИ НЕВРАЛГИИ

* Подскажите, как быстро
избавиться от невралгии?

Андрей Н., г. Мариуполь

Для лечения невралгии и
ревматизма рекоменду-
ется применять кору
ивы. Залейте 10 г измельченной
коры стаканом крутого кипятка и
кипятите 20 минут на медленном
огне, накрыв крышкой. Дайте от-
вару остыть, затем тщательно про-
цедите. Пейте по одной столовой
ложке 3-4 раза в день.

Я ЛЬ НА СВЕТЕ ВСЕХ БЕЛЕЕ?

* Кожа на моем лице имеет
сероватый оттенок. Слышала,
что в этом случае может
помочь капуста. Не
подскажете ли рецепт?

Ирина Г., г. Краматорск

Действительно, для отбе-
ливания кожи применя-
ют мазь из свежей ка-
пусты. Возьмите белые капустные
листья — те части, что ближе к ко-
черыжке, мелко их нарубите, а за-



ЧИТАТЕЛЬ СПРАШИВАЕТ - ГАЗЕТА ОТВЕЧАЕТ

том смешайте в равных пропорциях со сливочным маслом и небольшим количеством холодной кипяченой воды. Полученную смесь разотрите до консистенции жидкой сметаны. Приготовленную мазь храните в холодильнике. Накладывать на лицо ее следует тонким слоем, через 10 минут смыть прохладной водой. Выходить на улицу после процедуры не стоит.

КРЕМ И УГРИ

** Некоторые мои знакомые утверждают, что неправильно подобранный крем может стать причиной образования угрей. Так ли это?*

Галина Т., г. Одесса

Некотрые кремы действительно содержат определенные жиры, которые по своему составу близки к естественному кожному салу (например, ланолин, масло, какао). Это в некоторой степени может способствовать образованию угрей. Чтобы предупредить появление подобных загрязнений на коже, при покупке крема внимательно читайте состав ингредиентов на упаковке.

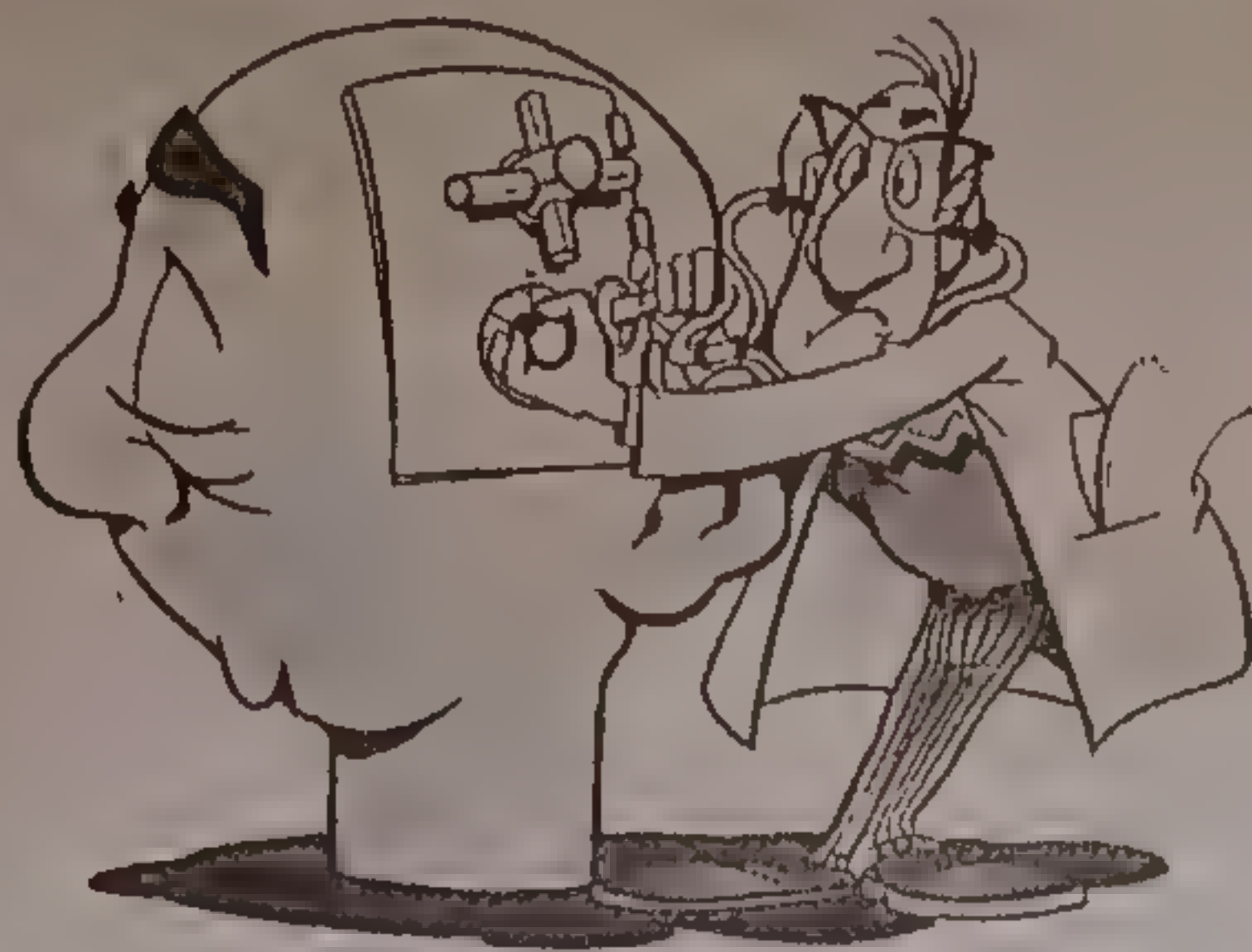
ЛЕЧИМ АЛКОГОЛИЗМ

** Проблема моя вечна — муж пьет. Трезвый — человек как человек, выпьет — превращается в зверя. Лечиться не хочет. Нельзя ли попробовать какие-нибудь народные средства?*

Татьяна С.,
г. Горловка

Крайне сложно лечить человека, если он сам «не горит желанием». Но попробовать все-таки следует. Во всяком случае, одна женщина таким способом подлечила благоверного. В 250 г водки она положила ложку корня любистка и 2 лавровых листа, настаивала сутки, процедила и попросила мужа выпить настой под видом витаминного сбора. Через какое-то время у мужчины

началась рвота. В течение недели муж пил этот настой, и лечение дало неплохой результат — сейчас человек к спиртному не прикасается.



ЗАМУЧИЛА ГОЛОВНАЯ БОЛЬ

** В результате автокатастрофы (у меня было сильное сотрясение мозга) часто болит голова. Постоянно пить лекарства не хочется. Что делать?*

Иван Т., г. Артёмовск

В этой ситуации попробуйте следующее: измельчите корневища марьяны корня, залейте водкой в соотношении 1:10, настаивайте 8-10 дней, процедите и принимайте по 1 чайной ложке 3 раза в день за 15-20 минут до еды. Одновременно с этой настойкой нужно принимать по пол-ложки (чайной) пчелиной перги 3 раза в день.

ЧАЙ ДЛЯ ГЛАЗ?

** Правда ли, что чаем можно промывать глаза? Как сделать настойку?*

Игорь Д., г. Белград

Да, это правда. К тому же весьма полезно. А никакого особого секрета в изготовлении настойки нет. Это обыкновенный чай (процеженный, отстоянный), охлажденный до комнатной температуры. Пользоваться им (промывать глаза) лучше на ночь.

ЛЕЧЕНИЕ ПРОЛЕЖНЕЙ

** Расскажите, как предупредить пролежни у*

больного, который долгое время вынужден лежать в постели?

Анна Т., г. Ясиноватая

Несколько раз в день переворачивайте больного то на один бок, то на другой. Следите, чтобы на простыне не было крошек и она была хорошо расправлена. Под крестец положите надувной резиновый круг с надетой на него чистой наволочкой. Один-два раза в день кожу в местах, где наиболее часто образуются пролежни, обмывайте холодной водой с мылом, протирайте камфорным спиртом, одеколоном или раствором столового уксуса (2 столовые ложки на литр воды), затем сухим полотенцем массируйте кожу докрасна и припудривайте тальком.

КРОВΟΣНАБЖЕНИЕ СЕРДЦА

** Посоветуйте, пожалуйста, какие травы нужно пить, чтобы улучшить кровоснабжение сердца?*

При коронарной недостаточности (недостаточном кровообращении) возьмите по 100 г травы пустырника, соцветий ромашки и цветков боярышника, по 50 г листьев березы, травы грыжницы и вереска, корневищ пырея, цветков конского каштана. Измельчите сухую смесь и одну чайную ложку залейте одним стаканом кипятка. Настаивайте, укутав, 20-30 минут, процедите. Принимайте отвар теплым по 1 стакану утром и вечером перед сном.



Вопросы читателей и ответы на них к печати подготовил Леонид Ласков.

БОРЬБА СО СТАРЕНИЕМ:
ПРОВЕРЬТЕ СЕБЯ

КАК БОРОТЬСЯ С МОРЩИНАМИ



Если вы беспокоитесь о том, что у вас появились морщины, перестаньте волноваться. (Беспокойство только углубляет их.) Вместо этого посмотрите в зеркало и ответьте на предлагаемые вопросы «да» или «нет», чтобы определить причину появления морщин и методы борьбы с ними. Итак, у вас:

Жизнь коротка, утверждали древние. Но вы не собираетесь мириться с этой ветхой истиной, а тем более стареть. Правильно! Ведь рецепт молодости не так уж сложен!

ИНТЕРПРЕТАЦИЯ ОТВЕТОВ

Если вы ответили утвердительно на любой из этих вопросов, принимайте следующие меры:

1. Загорелая кожа?
2. Горизонтальные морщины на лбу?
3. Маленькие морщинки вокруг глаз?
4. «Гусиные лапки»?
5. Складки на щеках?
6. Тонкие морщины вокруг глаз?
7. Крупные морщины в верхней половине лица?
8. Пятна на коже, вызванные воздействием солнца, и умеренное повреждение кожи?
9. Обвисшая кожа вокруг глаз?
10. Плотная, но поврежденная воздействием солнца кожа?

1. Вы должны пользоваться солнцезащитным кремом. Загар свидетельствует о том, что кожа подверглась воздействию солнца в достаточной степени, чтобы быть поврежденной.
2. Научитесь расслаблять лоб.
3. Носите темные очки, пользуйтесь солнцезащитным кремом и старайтесь не щуриться.
4. Бросьте курить. Если вы не курите, избегайте прокуренных помещений.
5. Это от того, что вы спите в неправильной позе. Спите на спине.
6. Спросите дерматолога о третиноине, с помощью которого можно избавиться от морщинок.
7. Опять-таки, поговорите с дерматологом о третиноине.
8. Попробуйте пользоваться увлажняющим кремом в сочетании с солнцезащитным. Если это не поможет, подумайте о применении третиноина.
9. Если «мешки» под глазами очень большие, единственной возможностью избавиться от них является косметическая операция. Если нет, постарайтесь не обращать на это внимания. Подумайте о химической маске, если вы готовы перенести все неудобства этой процедуры.

Пожилые люди, следующие принципу «лучше давать, чем получать», живут дольше тех, кто к старости становится жадным.

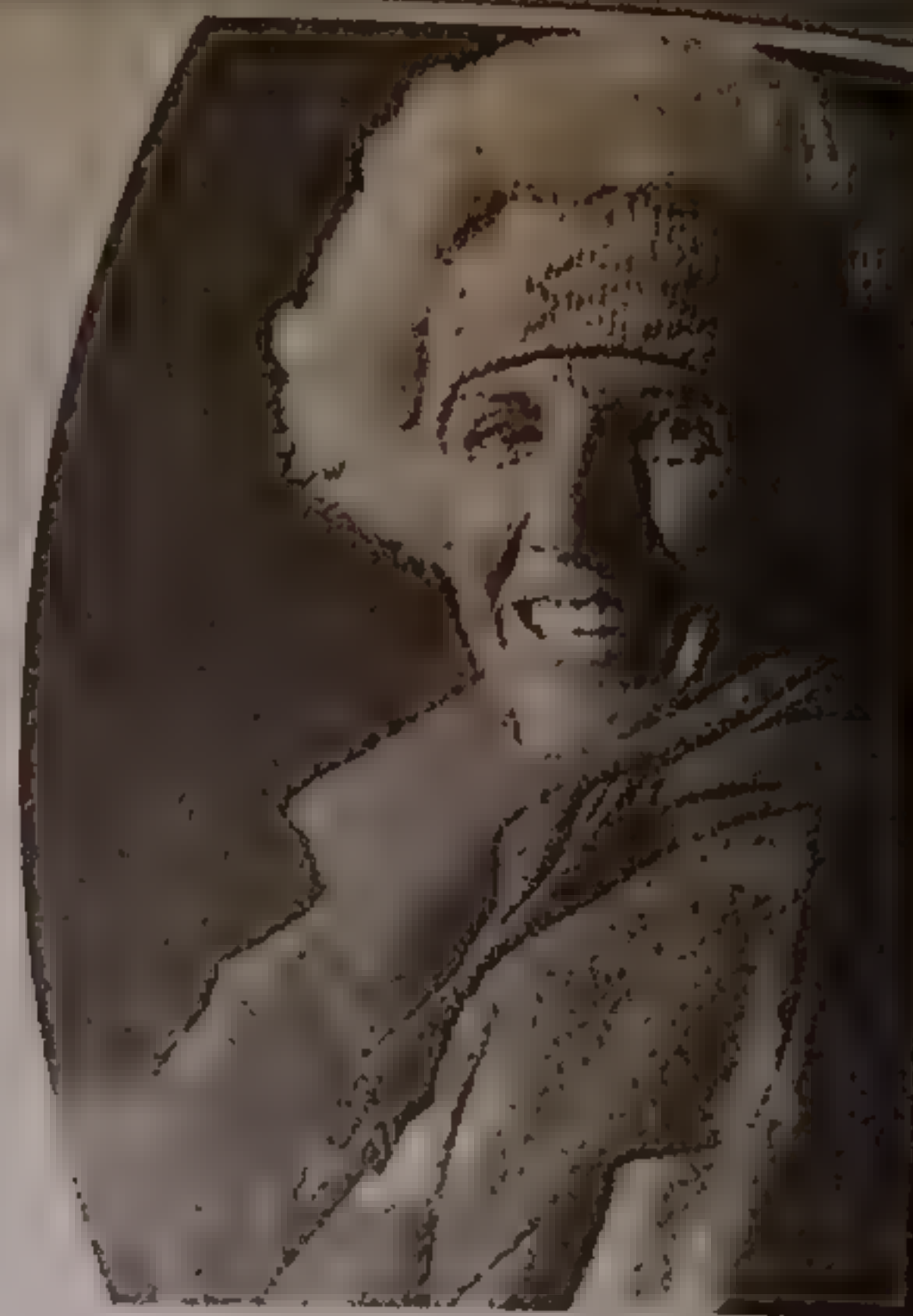
Это показали исследования, в ходе которых впервые изучалось влияние жадности и щедрости на продолжительность жизни. Сами ученые были поражены полученными результатами.

ЩЕДРОСТЬ продлевает ЖИЗНЬ

Оказывается, дольше живет тот, кто каждый день помогает другим.

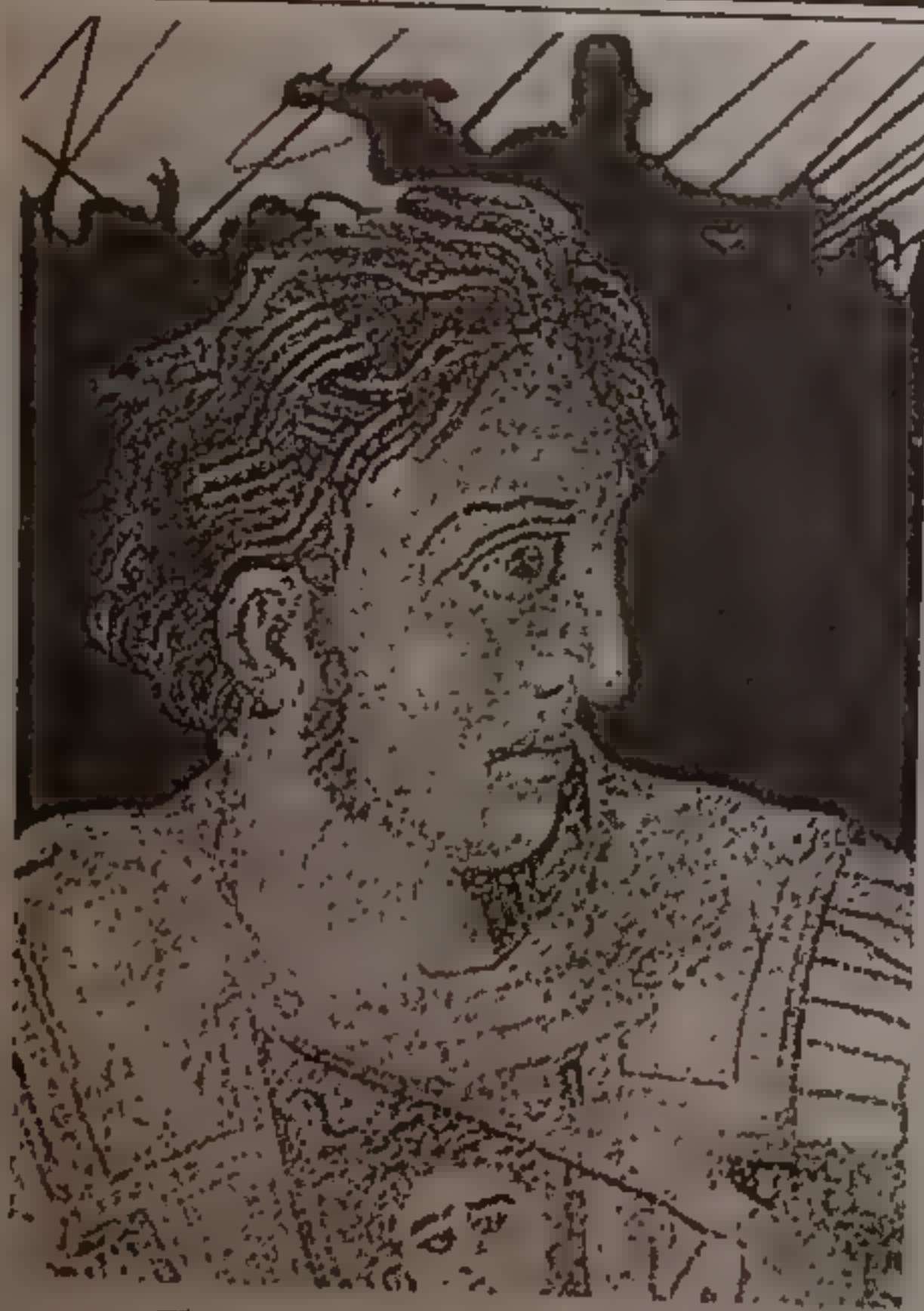
Ученые делали поправку на физическое и эмоциональное состояние участников эксперимента, на их возраст, отношение к спиртному и курению, физическую активность и личные качества, влияющие на продолжительность жизни. Даже с учетом всех этих факторов просматривается самая тесная связь между щедростью и продолжительностью жизни. **А получение помощи не продлевает жизнь.**

По словам психолога Мичиганского университета Стефани Браун, человеческая раса не смогла бы выжить,



если бы люди не делились друг с другом. Возможно, эволюция пошла в том направлении, что дольше стали жить те, кто помогает другим. Возможно также, женщины живут дольше мужчин потому, в частности, что они более общительны, чем представители сильного пола, и более склонны помогать ближнему.

Давно известно, что общительность благотворно отражается на здоровье и продолжительности жизни. Однако всегда считалось, что это объясняется поддержкой, получаемой людьми. Исследования опровергли эти представления.



Листая старые журналы, я неожиданно наткнулся на один старый рецепт, которым хочу поделиться с вами.

Вот легенда, связанная с именем великого полководца Александра Македонского. Во время его индийского похода Александру стало известно, что правители одного из княжеств на территории Индии обладают средством, с помощью которого живут не менее 150 лет, сохраняя здравый ум и прекрасное здоровье.

Секрет заключался в пище этих правителей.

СОВЕТЫ Древних целителей

Для того чтобы заполучить его, была начата война, в результате которой столица княжества была варварски уничтожена, а оставшиеся в живых жители взяты в плен, где их пытали, чтобы узнать состав «волшебной пищи».

Тогда один жрец, чтобы прекратить истязание соплеменников, решил раскрыть этот секрет.

Взять 1 кг лимонов в кожуре и 1 кг ядрышек очищенных грецких орехов. Третьим компонентом является 1 кг гречишного меда.

Лимоны и орехи следует измельчить, но без присутствия металла. Размешать с медом и в керамической посуде поставить на 21 день в теплое место, затемненное, после чего средство будет готово. Применять его также без малейшего контакта с металлом по одной столовой ложке 3 раза в день. Питье - чистая родниковая вода. Кроме этого, никакой пищи. Добавим от себя, что в столовой ложке этого состава имеются абсолютно все необходимые минеральные и органические компоненты, не-

обходимые для поддержания долгой здоровой жизни.

Македонский, возвратившись из похода, привез этот рецепт, но оказалось, что без воды из источника в Индии он не действует. И тогда воду стали возить из Индии.

Археологи на затонувших судах находили амфоры с водой, которые пролежали в воде более 1000 лет. Вода в них была совершенно свежая. На древних фресках есть рисунки, где перевозят воду в глиняных кувшинах, которые опечатаны и охраняются воинами. Долгое время не могли разгадать секрет получения этой воды, и лишь в конце XX века секрет был разгадан.

Если кого-то заинтересует секрет получения «живой» воды, пишите по адресу: Дубровкину Анатолию Ивановичу, ул. Октябрьская, дом №8, с. Александровка, Донецкая обл., инд. 84168, и не забудьте вложить конверт с обратным адресом.

ЗОЛОТАЯ НИТКА

(Начало в №1)

С этим человеком я встречаюсь крайне редко и всегда в каких-то нестандартных ситуациях. Недавно встреча произошла в одном из райцентров, куда я, как журналист, был направлен для решения кое-каких вопросов, изложенных в письме читателей. Он тихо шел по заснеженной улице, глубоко вдыхая морозный воздух.

- **Леон, здравствуй! Что ты здесь делаешь?**

- Вообще дачу снимаю. Люблю зимний лес. А сейчас гуляю по Подмосковию.

- **Откуда здесь Подмосковьё? Ты шутишь.**

- Ничуть. Просто я отключился от реальности и представил, что нахожусь где-то в окрестностях Звенигорода. Те места я прекрасно знаю. А что у тебя с рукой?

- **Да так. Ерунда. Небольшая рана. Как говорит моя начальница, «бытовая травма», не дающая мне прав на оплату по больничному листу.**

- Ничего. Ты свое еще в жизни возьмешь, я твое будущее немного знаю.

- **Скажешь?**

- Нет. Такие знания – вещь серьезная, и пользоваться ими нужно аккуратно, с большой осторожностью. Они могут и серьезно помочь человеку, и погубить его. Кстати, вот мой дом. Зайдем, я тебе энергетику подправлю, рука быстрее заживет, да и талисман тебе подзаряджу. Он, надеюсь, с тобой.

Я откинул шарф, показав золотой медальон на цепочке.

- **А не спас меня от травмы твой амулет, - сказал я, когда мы уже сидели у русской печки, попивая ароматный чай. - Откуда такой напиток?**

- Давай по порядку. В травме ты виноват сам, а когда взрослый человек прет в омут, глупо надеяться, что помогут ходули. Чай я недавно привез из Индии, а амулет помог, даже очень. У тебя серьезная травма, но ты, кажется, легко отделался, - все могло быть много хуже. Чем сейчас лечишь руку?

- **Да по-разному.**

- По-разному не надо. Есть хоро-

шие народные средства. И вполне доступные.

- **Какие?**

- Первое – уринотерапия, или, проще говоря, компрессы из мочи. Но перед этим желательно три дня поголодать, попить «минералочки», почистить организм, словом. В Крыму и на Кавказе с давних пор используют мумие. Монголы мажут раны пеной вспотевшего коня. Охотники – алеуты присыпают раны порошком. У донских казаков к ранам прикладывают хорошо разжеванный черный хлеб с сырым луком. Индейцы используют для присыпки древесную золу и папиросный пепел. Тут важно именно папиросный – бумага папирос не пропитывается, как сигаретная, химсоставом, который позволяет ей тлеть. Ну, а заповорожцы даже глубокие сабельные удары промывали горилкой.

- **Уж это точно вполне доступно...**

- Но малоэффективно. Рецепты настоящей водки давно забыты. А лить на раны магазинную химию – это уж увольте. А, кстати, как у тебя с этим?

- Леон щелкнул себя пальцем по шее.

- **А никак. Один томатный сок пью.**

- Вот. Говоришь, амулет не помогает. Я его, между прочим, зарядил на неприятие хозяином алкоголя.

- **Да ну?**

- Ну да! Мы с тобой, когда летом в кафе пили кофе, я сразу понял, что тебе охота коньячку заказать, но ты сдержался, и я решил помочь тебе таким способом.

- **Спасибо. Так ты любой предмет можешь зарядить на «антиалкоголь»?**

- Конечно, это азы магии. Я с этого

и начинал когда-то.

- **Так это магия?**

- Есть маги, есть профессиональные психологи, а есть просто шарлатаны.

- **А заряжаешь ты этот амулет с гарантией?**

- Гарантию, говорил Остап Бендер, человеку может дать только страховая полис. Дело в том, что я общаюсь с душами людей, живой и неживой природой через астральный мир. Мир этот сильно засорен, во Вселенной накопилось много энтропии, мусора, поэтому путешествовать по астралу становится все труднее, еще труднее получать нужную информацию.

- **Но будущее ты предсказываешь?**

- Частенько мне это неплохо удается, но это возможно только в определенные дни, иногда даже часы. В такие минуты я ощущаю себя богом.

- **Кстати, о боге. Он существует?**

- Для каждого индивидуально. Есть некая высшая, наблюдающая за всем сила. Именно она приводит в равновесие природу и общество.

- **Мудрено что-то.**

- Да нет же. Вот ты в милиции работал. Много преступлений раскрывается?

- **Очень много. Вопрос только во времени.**

- Это и есть высшая справедливость. То же самое – природное равновесие. У каждого народа есть свои гении и злодеи, поэты и убийцы – все предусмотрено высшим разумом. Души умерших, попадая в астрал, ожидают решения своей дальнейшей судьбы, а разум решает, кого куда отправить. Где ощутима нехватка в ком-то.

- **Ну а как с амулетами?**

- Вот в этом и суть. Эти души накапливают колоссальную энергию, а деть ее некуда. Общась с ними, эту энергию у них можно заполучить с помощью той же Раджа-йоги и передать предмету. Предмет автоматически, не умея держать энергию, передает ее владельцу. Все.

- **Какие предметы лучше всего заряжать?**

- Заряжаются хорошо все, но вот удерживать могут немногие. Прекрасно держат и передают энергию драг-



КЛУБ ФЕНОМЕНОВ

металлы и медь, кожа и кость, но натуральные дерево, шерсть и конский волос.

- С какими работаешь ты?

- Со всеми перечисленными, Помню, соседу шерстяные носки зарядил, он от ревматизма излечился, артисту одному - из горного хрусталя пепельницу, он уже несколько лет не курит.

- Не мелковаты у тебя масштабы для астрального путешественника?

- Продукты в магазинах пока даром не дают.

- Кстати, о еде. Ее заряжают?

- Глупое занятие, она быстро уходит из организма.

- Слушай, а почему ты со мной возишься? Ну, виделись пару раз за полтора десятка лет...

- Скажи, ты когда-нибудь видел во сне то, чего не видел никогда и нигде?

- Было. Однажды приснилось

извержение вулкана, однажды в детстве, что сижу на коне, а конным спортом я начал заниматься года четыре назад. Как-то перед чемпионатом приснился соперник. Этого парня я не видел никогда, встретились только на ковре. А однажды мне приснились стихи, я утром придумал мелодию, подобрал аккорды и вдруг слышу, как эту песню, но на другую мелодию поет популярная эстрадная певица. Еще я помню, приснились стихи Игоря Северянина. После, я случайно узнал, что это его...

- Вот ответ на твой вопрос. У тебя есть талант выхода в астрал. Подразвить - лет через тридцать многое сумеешь.

- Давай спустимся на землю. Что мне читателям писать? Какие предметы ты сможешь кодиро-

вать на удачу, здоровье, защиту от несчастий и так далее.

- Те, что в конверт влезут: шерстяная нить, конский волос, пластиночка меди, кусочек кожи, зубочистка, спичка без серы, костяная пуговка, плоский деревянный крестик.

- Сколько за работу?

- За все дело десятка, ну и конверт с обратным адресом.

- На какое время код?

- Что-то год, что-то два, можно больше.

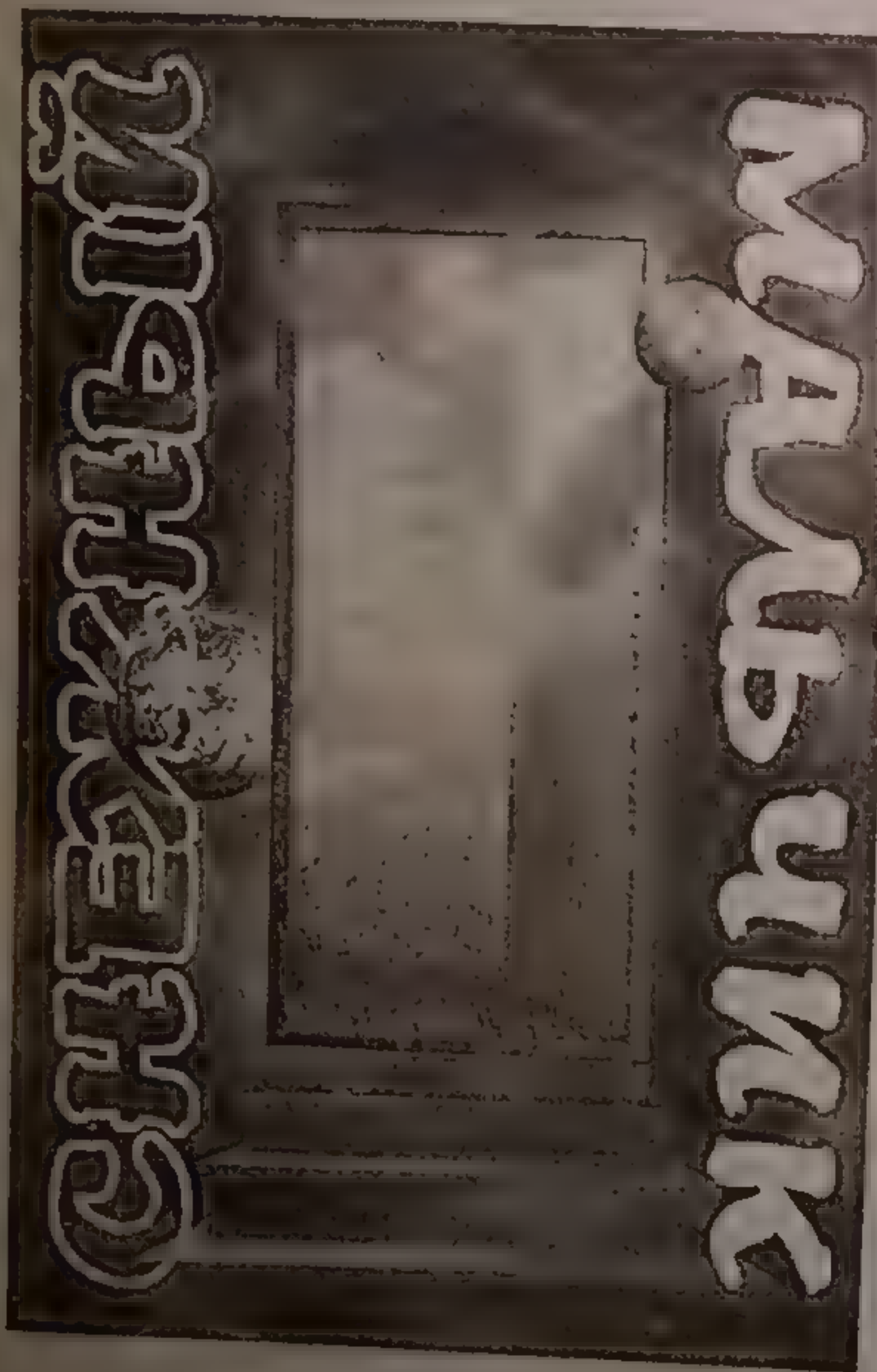
- Договорились.

- Тебе что сегодня во сне показать?

- Яблоневый сад в цвету на фоне гор...

...Ночь я дышал яблоками и подставлял лицо горному ветру. Что ни говори - Леон настоящий ас.

Валерий Веселов



Иванко. Вот выдержки из этих писем.

«...Я встретила его зимой, он посоветовал мне уехать со старого места жительства, так как ранней весной моя деревня будет затоплена. Я не уехала и лишилась дома. Теперь везде его разыскиваю, но не могу нигде найти».

«...Он повстречался мне в апреле прошлого года, подсказал, как назвать будущего ребенка. Я так и сделала и не жалею».

«...Я встретил его летом, он принес мне попить. К этому времени я сильно хворал, надорвал поясницу. К утру следующего дня после нашей встречи почувствовал сильное облегчение, а через неделю все прошло».

(Продолжение. Начало в № 24 (2002 г.) и № 1 (2003 г.)

Эта история имеет продолжение, весьма подходящее под тематику нашей газеты. На первую публикацию в № 24 пришло восемь писем, в которых авторы также рассказывают о своей встрече со «Снежным мальчиком», которому дали имя

А вот это письмо мы решили напечатать полностью, оно нам особенно понравилось.

«Отдыхал я летом в Карпатских горах, но не сам, а с любимой женщиной. А надо сказать, что была она мне не жена, вернее, еще не жена. Любил и люблю ее безумно. Да вот

жизнь свою связать с ней все мешали какие-то обстоятельства: то с первой женой никак не мог развестись, то дочь не мог оставить, то родители противились моим намерениям. Хотя я знал, что для нее я тоже ее роковая любовь. В то лето в Карпатах наша любовь цвела буйным цветом, как в последний раз. И вот однажды забрели на одну поляну невероятной красоты. Буйство трав, цветов, захотелось броситься в это зеленое половодье, что мы успешно и сделали. Так, валяясь в траве и болтая о пустяках, мы заметили, что нам что-то заслонило солнце. Присмотревшись, увидели человеческую фигуру. Это было весьма неожиданно, так как на таких полянах людей почти не бывает. Это был подросток лет 13-ти, светловолосый, голубоглазый. Мы к этому времени уже немного заскучали и решили вовлечь его в наш разговор, чтобы, как говорится, немного развлечься.

Когда мы его спросили, как его зовут, он ответил, что «диду называет его Иванком». Уже этот ответ привлек наше внимание. Так, слово за слово, и мальчик рассказал, что диду его нашел и он с ним так и живет, не зная, из какой он местности и т. д. И тут мы заметили у

Что в руке какой-то сверток, похоже, бумажный. К этому времени мы уже задали ему массу глупых вопросов типа: есть ли у них телевизор, что они едят, на чем ездят и т. д. Видя сверток, задали вопрос — какую он книгу сейчас читает? На что он ответил, что это книга жизни. На ум тут же пришли брошюры, выпускаемые одноименной сектой, и мы сразу поскущели, так как относимся к ним сугубо отрицательно. Но мальчик стал разворачивать свою «книгу», и мы увидели, что это вовсе и не книга, а что-то напоминающее древний свиток. А надо сказать, что я люблю букинистическую литературу. У меня просто глаза загорелись, так захотелось ее посмотреть, о чем я тут же и попросил.

Мальчик протянул свиток мне, но какое разочарование — совершенно незнакомый язык письма, да и не язык вовсе, а какие-то небольшие абстрактные рисунки.

На обратной стороне — клочок карты звездного неба. Я спросил у Иванко, знает ли он, что здесь нанесено. Да, оказалось, он знает. Я сильно засомневался, но продолжал разговор.



И что же здесь записано? Он еще раз повторил, что это листки из книги жизни нашей Земли и людей, на ней живущих. На мой вопрос, откуда он это знает, ответил, что читает ее. Но как? Иванко улыбнулся и сказал, что просто и разве я не могу прочесть это сам. **Конечно, я не могу, я не знаю этого языка.** На что Иванко ответил, что знаю, только не помню. Ну, час от часу не легче. Я решил, что малец не совсем психически здоров, и хотел уже с ним попрощаться. Но тут вмешалась моя подруга и с чисто женским любопытством, спросила, а не прочтет ли он ее судьбу. Он ответил, перевернув листок стороной, где была начертана звездная карта, что у нее есть путеводная звезда по имени «Лю-

бовь». Но моей подруге этого показалось мало, она начала его пытаться далее, при этом попросила меня отойти поодаль. Через некоторое время она вернулась ко мне, и на глазах ее были слезы. Я решил по-мужски с ним поговорить. Подошел к Иванку с грозным и злым лицом, спросив, что он тут наплел. **Иванко сказал, что он на ее вопрос о том, будем ли мы вместе, ответил, что в этой жизни нет и из-за этого мы оба не будем по-настоящему счастливы.** И вы знаете, в этот момент я твердо решил: приедем — и сразу в загс. Но я задал ему еще один вопрос — почему? Он ответил: «Потому, что когда к нам приходил ребенок и хотел, чтобы мы его взяли в сыновья, мы ему отказали, убив в утробе». Тут уже я не нашелся, что ответить. Да, у нас мог бы быть ребенок, если бы я не оказался таким нерешительным, трусом. Я не помог своей любимой женщине, когда она больше всего нуждалась, и в результате... да, я виноват. Пока я так рассуждал, мальчик так же внезапно исчез, как и появился. И вот прошло уже более года, с любимой мы расстались совершенно из-за нелепой истории. **Я несчастлив, она тоже. Но сделать ничего невозможно. Часто его вспоминая, думаю — почему не спросил, что же делать, как поправить содеянное?** И вот увидел в вашем журнале статью о нем и подумал: а что если у вас есть с ним связь? Может, задать ему мучающий меня вопрос? А потом до меня дошло: вот перед нами редкий феномен, который может ответить на важнейшие вопросы жизни, а я лезу к нему с вопросами о своем теле и т. д. Неужели мне нужен повод? Может, хватит, пора подумать о душе и поискать самому ответ на вопрос о собственном предназначении в жизни? А Иванко, если бы отвечал на вопросы, которые интересуют всех людей, гораздо больше принес бы пользы.

Вячеслав».

Вы спросите, а что же Иванко, выходил ли с нами на связь? Да, было два письма. Но об — этом в следующем номере.



СБИВАЕМ ТЕМПЕРАТУРУ

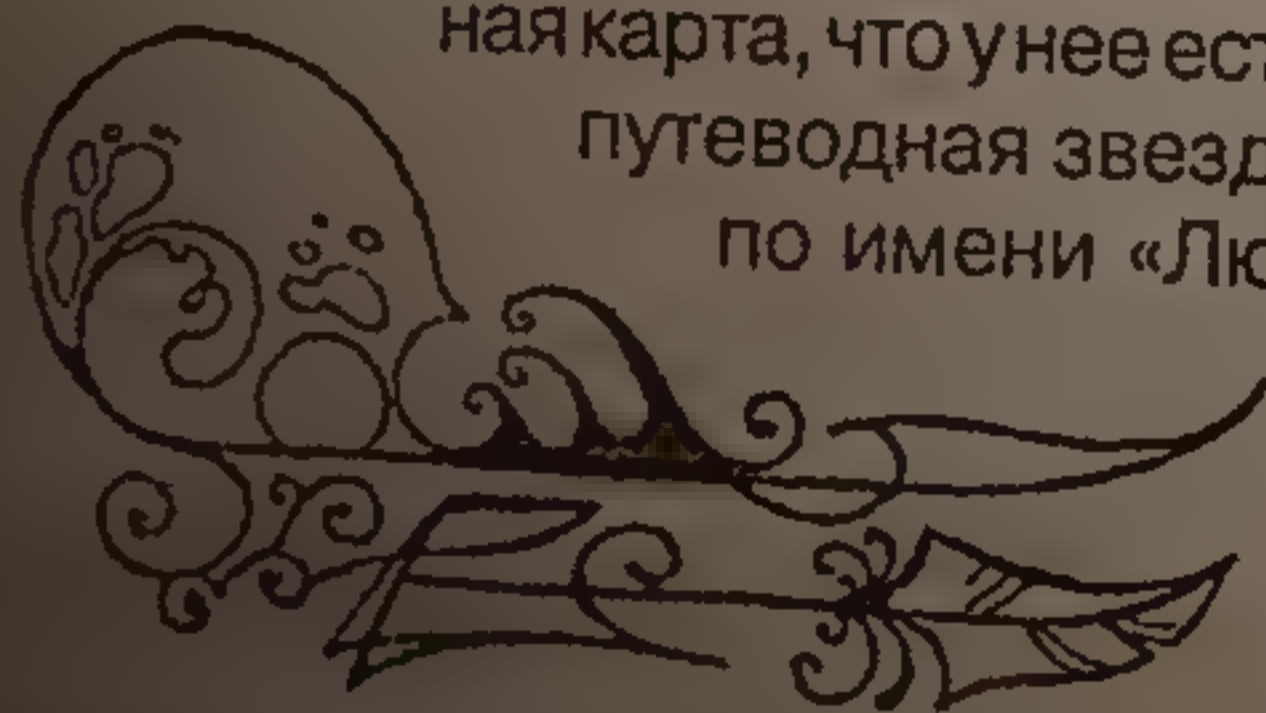
Современная медицина считает, что та отметка, до которой не стоит особо беспокоиться о повышенной температуре, — 38 градусов. Если температура поднялась выше, то появляется необходимость в ее снижении, но даже в этом случае достаточно опустить ее только до 38 градусов.

Из большого числа жаропонижающих препаратов, представленных на аптечных прилавках, **самыми безопасными являются препараты на основе парацетамола.** По рекомендации Всемирной Организации Здравоохранения, он обладает **самым лучшим соотношением «эффективность — безопасность».** Принимать его нужно все время, пока повышена температура и отмечается недомогание: 3-4 раза в день после еды, рекомендованная разовая доза составляет 10-15 мг/кг массы тела, максимальная суточная доза — до 60 мг/кг.

Однако прием лекарственных препаратов имеет смысл только тогда, когда температура неблагоприятно сказывается на общем состоянии: возникает общее недомогание, сильные головные боли, снижается аппетит и ухудшается сон.

Справиться с температурой можно и общеизвестными народными средствами. Прежде всего необходимо много пить — обильное питье прекрасно регулирует температуру тела. Очень хорошо подойдут в период простуды разнообразные морсы и травяные чаи. Хороший морс получается из клюквы, пить его необходимо теплым, небольшими глотками, как можно чаще. Чай готовят из ромашки, мяты, липового цвета, хорошо добавить в него сушеной земляники и малины, пряности — имбирь, гвоздику и тмин.

С. Линьков



«Когда-то в армии я по молодости лет наделал татуировок. Сейчас понимаю, что делать этого, наверное, не следовало. Хочется избавиться от этой «красоты», но не знаю, как. Может быть, вы сможете помочь?»

**В. Кондратьев,
г. Яхрома
Московской области**

Для одних татуировка – это дань моде, для других – вызов, для третьих – целая философия. Рисунки на коже уже перестали означать принадлежность к людям с темным прошлым. Но реакция на татуировку может быть самая разная – от стойкого неприятия до бурного восторга.

Полинезийцы до сих пор считают, что нет ничего неприличнее «голового», без татуировок, тела. Они расписывают себя с головы до пят, включая подошву, язык и половые органы. Североамериканские индейцы считали, что татуировка защищает их от злых духов. У некоторых народов татуировка была знаком племени, рода, тотема. А в Юго-Восточной Азии при посвящении юношей в мужчины ее использовали как тест на выносливость.

В современном мире татуировка – скорее украшение, чем магический символ. Хотя у представителей сексуальных меньшинств распространены собственные «знаки различия».

Впрочем, практически любой рисунок несет какую-то смысловую нагрузку: змея – знак мудрости, дракон означает мощь, клевер – символ христианской троицы, песочные часы – напоминание о скоротечности времени.

Женщины любят украшать себя цветами, бабочками, вензелями, представители сильного пола предпочитают более «мужественные» орнаменты. Инициалы нынче не актуальны.

Последний писк моды – татуировка на каком-нибудь очень неожиданном месте – под мышкой или на макушке, где специально для рисунка выбривается пространство.

Татуировка на интимных местах продолжает оставаться очень популярной. Ее прелесть в том, что рассказать о ней можно всем, но вот показать...

Итак, о татуировке мы в общих чертах вам рассказали, но в редакционной почте все чаще встречаются письма, в которых читатели просят рассказать о том, как лучше вывести татуировку. Сплошь и рядом звучит фраза, смысл которой сводится к пониманию того, что наколка была ошибкой молодости и многие испытывают непреодолимое желание расстаться с ней. Мотивы для выведения татуировки могут быть самые разнообразные: надоела или нанесена неудачно, мешает взаимоотношениям с любимым человеком, препятствует карьере, продвижению по службе...

САМЫЕ СТАРЫЕ СПОСОБЫ ВЫВЕДЕНИЯ ТАТУИРОВОК,

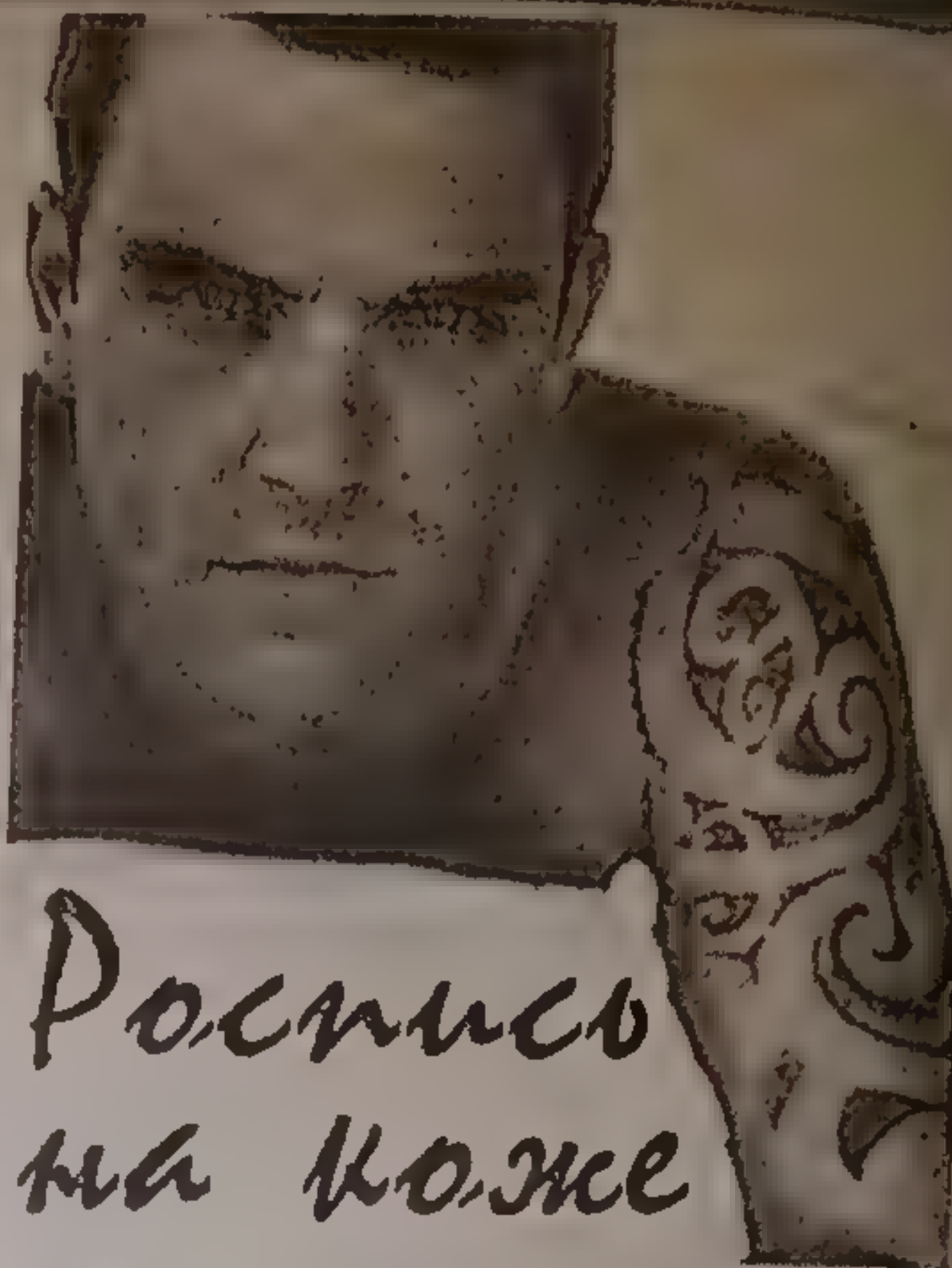
которые применяются и по сей день, основаны на одном принципе – удаление участка кожи вместе с рисунком. К таким способам относятся **местное применение кислот, дермабразия, криохирургия, хирургическое иссечение, инфракрасное коагулирование**. Все эти методы эффективно удаляют татуировки, однако косметический результат после такого удаления оставляет желать лучшего: слишком высока вероятность появления эстетически неприемлемых рубцов.

Одним из самых эффективных методов является удаление пигмента лазером согласно принципу селективного фототермолиза.

В соответствии с этим принципом лазерный свет должен сильно поглощаться мишенью и не поглощаться окружающими ее структурами дермы и эпидермиса, что значит не повреждать окружающие ткани. Мишенью лазерного воздействия в этом случае являются гранулы красителя. Раздробленные лазерным излучением, они поглощаются клетками-макрофагами и выводятся через лимфатическую систему организма.

Исчезновение татуировки после лазерного воздействия происходит не сразу, а постепенно, с уменьшением контраста до полного исчезновения.

Процесс выведения может продолжаться от трех недель до двенадцати месяцев, в зависимости от размера



Роспись на коже

татуировки. После лазерной обработки кожи могут наблюдаться временные побочные эффекты: гиперпигментация, пурпура, которые проходят в течение 3-4 недель.

Наконец, разные цвета татуировки, а значит, и разная способность к поглощению света той или иной длины волны, обусловили использование целого ряда лазерных систем. Так, для выведения черных, синих и зеленых татуировок, расположенных в эпидермисе, а также любительских и ненасыщенных профессиональных наколок тех же цветов используется рубиновый лазер. Если же гранулы красителя находятся очень глубоко в дерме, а сам краситель достаточно насыщен, то такая татуировка скорее окажется стойкой к воздействию этим лазером.

Неодимовый лазер – это единственный тип лазера, обеспечивающий отличный косметический результат при выведении черных, темно-синих и темно-зеленых татуировок.

Зеленая длина волны используется для выведения красных, оранжевых и желтых татуировок, расположенных поверхностно, а также любительских и ненасыщенных профессиональных татуировок красных и оранжевых цветов, расположенных глубоко в дерме.

Хотелось бы также отметить, что все перечисленные методы требуют наличия дорогостоящей аппаратуры, что обуславливает высокую стоимость сеансов по выведению татуировок.

**Публикацию по материалам печати подготовил
Валерий Веселов.**

ЛЕЧЕНИЕ МУЗЫКОЙ

Послушаем... ЛЕКАРСТВО!

Человек ушел с работы в состоянии крайнего раздражения — то ли деловой партнер подвел, то ли не удался научный эксперимент, то ли отказал дорогой прибор...

Если этот человек живет в Японии, то знаете, что он сделает? Поставит на проигрыватель пластинку «Для снятия стрессов на работе», усядется поудобнее, закроет глаза и будет слушать... А если у него произошли неприятности дома, зазвучит музыка «Для успокоения в семейной жизни». Такую вот серию выпустила крупнейшая японская фирма звукозаписи. Специально подобранные мелодии успокаивают, снимают гнев и досаду, улучшают настроение.

То, что музыка способна изменять душевное и физическое состояние человека, — открытие не нашего времени. Это хорошо знали жители Древней Греции, Рима, восточных стран. Знали и владели искусством врачевать человеческие недуги музыкой. Крупный ученый Древнего Востока Аль-Хорезми писал: «На моей родине с давних времен применяют для лечения слово, лекарство, нож, а также музыку. Я предпочитаю последнее».

Еще в конце XIX века русский физиолог И.Р.Тарханов, изучавший роль различных внешних воздействий на организм, в числе прочего заинтересовался музыкой. Своими оригинальными исследованиями он доказал, что мелодии, доставляющие человеку удовольствие, замедляют пульс, увеличивают силу сердечных сокращений, способствуют расширению сосудов и нормализации артериального давления, а раздражающая музыка дает прямо противоположный результат.

Выяснилось также, что музыка, которую слушают с удовольствием, стимулирует выделение пищеварительного сока и повышает аппетит. (Не зря, выходит, в ресторанах и кафе играют оркестры.)

А вот открытые позднее любопытные подробности: замечено, что музыка действует избирательно в зависимости не только от характера, но и от инструмента, на котором исполняется. Игра на кларнете, например, влияет преимущественно на кровообращение, скрипка и фортепиано лучше всего успокаивают, а самым расслабляющим действием обладает флейта.

Нам, привыкшим к таблеткам и инъекциям, благоговейшим перед техникой, трудно, конечно, представить себе, что лекарством может стать какая-нибудь сюита или симфония. А между тем именно в тех странах, где здравоохранение достигло наиболее высокой технической оснащенности, где не ведают дефицита лекарств, сейчас шире всего применяют музыку. Созданы даже научные общества музыкотерапевтов, готовят специалистов этого профиля.

В той же Японии, например, музыка стала одним из элементов родовспоможения.

Беременные женщины по совету врачей дают ребенку «слушать» определенные мелодии (а то, что плод воспринимает звуки, доказано). Музыка сопровождает и роды.

Замечено, что при таком аккомпанементе уменьшается число осложнений при родах, а младенцы появляются на свет более спокойными.

В палатах для рожениц шведского города Хаммстада часто звучит пронизанный радостью фортепианный концерт Моцарта. Акушеры полагают, что именно этой музыке они обязаны необычайно низким показателем ранней детской смертности.

Самый большой эффект дает музыка в профилактике и лечении нервно-психических заболеваний. Помните библейскую легенду о том, как Давид игрой на арфе излечивал царя Саула от приступов безумия и меланхолии? Роль музыки в лечении неврозов признавал и В.М. Бехтерев. А экспансивная Жорж Санд написала однажды композитору Мейерберу, что музыка лечит ее от депрессии лучше, чем доктор.

Целебные свойства музыки издавна использовали и в нашей стране. Энтузиасты музыкотерапии применяют его для местного обезболивания, например, в стоматологии, включают в комплекс психотерапевтических средств в пред- и послеоперационном периоде, считают безвреднейшим из снотворных.

Музыка находит свое место и при лече-

нии половых расстройств. Она действует не только условно-рефлекторно, оживляя стимулирующие ассоциации, создавая положительный психологический фон, но и оказывает влияние на глубинные структуры мозга, ведающие половой функцией.

Изучению влияния музыки на сексуальную сферу посвящены интересные эксперименты крупного американского сексолога А.Кинзи. Многие мужчины, и особенно женщины, признали, отмечает исследователь, что мужчин с относительно высоким культурным уровнем сильно возбуждает классическая музыка, а менее образованных — популярная легкая музыка. Женщины же, независимо от образования, реагировали преимущественно на классическую. Значительная часть опрошенных отметила, что на них действует не столько содержание и тип музыки, сколько ее ритм.

Специальные исследования показали, что наибольшим возбуждающим действием обладает музыка Вагнера, оперетты Оффенбаха, «Болеро» Равеля, «Весна священная» Стравинского с их нарастающим ритмом.

Сильным эротизирующим эффектом обладает рок-музыка, особенно некоторые ее варианты, символизирующие «секс без тормозов». Не потому ли случайные половые связи, а иногда и половые преступления начинаются подчас с многочасового «балдения» на дискотеках?

Музыка многозначна. На некоторых людей она действует даже острее, чем слово.

Может быть, настанет время, когда больной, придя к врачу, вместе с лекарством получит совет, какую музыку тому лучше послушать. Пока же эту миссию взяла на себя наша редакция. В предыдущем номере мы рассказали об условиях, на которых вы сможете получить рецепт «музыкального лекарства». Пишите нам, мы вас не разочаруем.

Валерий Веселов.



ПАРОЛИ ПОМОГЛИ МНЕ ВЫЖИТЬ В ТРУДНОЕ ВРЕМЯ

Дорогая редакция, здравствуйте! Сердечно благодарю вас за помощь, которую вы оказываете мне и моей семье. У меня тоже, как и у многих, не сложилась судьба. С детства была неудачливой, и только после 40, когда подумывала о смерти, решила пойти к ясновидящей, попросить совета и узнать — в чем дело. В общем, она мне поведала о том, что через моего отца на меня перешел какой-то наговор, колдовство или проклятье, как только я родилась. Конечно, она меня полечила, за что я отдала приличную сумму, но ощутимых перемен не наступало. Надо сказать, что я еще до встречи с нашей ясновидящей Светланой работала над собой: ходила в церковь, ежедневно медитировала со свечой (и сейчас тоже), ежедневно делала зарядку, утренние и вечерние молитвы, точечный массаж и т.д. Здоровье стало немного лучше, но судьба-злодейка долго не хотела даже улыбнуться мне. Семь лет назад похоронила мужа (погиб), осталась с

двумя детьми на жалкую учительскую зарплату. Почему-то все отвернулись от меня: и родственники, и знакомые; на работе были большие трудности и неудачи; и в личной жизни не было счастливых перемен, и дети больные (все это с рождения). От этой безысходности заказала вам пароли для себя и для своих детей почти все (со скидкой, т.к. я выписывала вашу газету). К огромной радости — пришли! Я верила в них, долго работала, и они стали помогать. Знаете как? Например, произношу пароль «на деньги» несколько раз, еду на рынок, и там мне уступают в цене, иногда в два раза дешевле, иногда на несколько рублей. В общем, стало везти при покупках. А потом и родственники стали ко мне поворачиваться, иногда в гости приходят или помогают немного, а то ведь в течение многих лет не хотели особо родниться, относились, как к чужой, глупой, посмеивались.

По возможности я пользовалась многими вашими советами и услугами: написала В.А. Соломину письмо, задала много вопросов о себе и своих детях, об их здоровье. Он ответил с большой точностью и даже больше, по поводу наших болезней и дал совершенно необходимые, мудрые рекомендации — как бороться с нашими недугами, что нам лучше принимать,

употреблять, какие делать упражнения и т.д. Вы себе представить не можете — я так воспряла духом, потому что началось медленное, но верное улучшение в нашей судьбе и в отношениях между мною и детьми, между родственниками. А потом нашлась подработка в другом месте, хотя и там получаю немного, но ведь какая это помощь и прибыль для нашего скромного семейного бюджета. Ведь на дороге и 500 руб. не найдешь, и 1000, а я стала получать на 1000 руб. больше в месяц. Кто бы мне так помог? Мне очень хочется самой помогать, но пока плохо получается. В личной жизни еще хочется определиться, пока не встретился такой надежный, добрый мужчина, но Владимир Анатольевич написал, что все у меня будет. И я верю в это и знаю, что это так. На днях пришла его фотография с числом удачи на деньги. Когда открыла конверт, почувствовала присутствие чего-то значительного, необыкновенного, волнующего, я осознала, что та сумма, которую я перевела за нее (300 руб.), ничтожно мала за то, что приходит к нам вместе с фотографией Владимира Анатольевича. Хочется отблагодарить его намного больше, чем оценивается в газете. Вместе с этой фотографией и той энергией, которая идет от нее, я чувствую себя, как за каменной стеной. Спасибо вам за все.

г. Магнитогорск

ХОРОШАЯ НОВОСТЬ ДЛЯ ХОРОШЕЙ ЖЕНЫ!

ВАШ ЛЮБИМЫЙ ПЬЕТ? ВАМ СТРАШНО ВИДЕТЬ, КАК ОН ПОГИБАЕТ? ПОЛНОСТЬЮ УСТРАНЯЕМ ТЯГУ К СПИРТНОМУ ЗА 1-2 СЕАНСА. ВЫДАЕТСЯ СПРАВКА.

Пил более 10 лет. Близкие уговорили обратиться к Ольге Ивановне. Результат превзошел все ожидания. Спасибо.

С. Смирнов, г. Мариуполь.

Мой муж очень сильно пил, от этого не было спасения. После лечения у Ольги Ивановны уже второй год муж не пьет.

К. Леонова, г. Запорожье.

МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР «НЕТРАДИЦИОННОЕ ЛЕЧЕНИЕ»

г. Донецк, ул. Университетская, 30.

Тел. (0622) 93-85-15, (062) 335-63-85.

Прием ежедневно с 9.00 до 13.00, кроме воскресенья.

Ехать тролл. №№ 2, 9, 10, 14, 17 до ост. «Бульвар Шевченко».

Лиц. № 3331-ЮР от 5.10.2001 г. МОЗ Укр.

100%

Доктор народной медицины ФОМЕНКО О.И.

- * Лечение даже тех, кто безуспешно лечился ранее.
- * Эффективные методики заочного лечения, в том числе по фото.
- * Лечение табакокурения.
- * Снятие испуга, порчи, сглаза.

В аптеке «Нетрадиционное лечение» имеется широкий выбор анти-алкогольных препаратов нового поколения (для очного и заочного лечения).

СИНДРОМ ДЛИТЕЛЬНОГО СДАВЛЕНИЯ

С синдромом длительного сдавления многие из нас ни когда не встречались, и, дай бог, никогда не встретятся. Тем не менее не такая уж это в последнее время и редкая штука. Бесспорно, вышеуказанный синдром - не аппендицит и уж однозначно не грипп, но катастроф и разных несчастных случаев в мире происходит немало, а значит, и с ним кое-кому непременно придется встретиться.



Что обычно принято называть «синдромом длительного сдавления»?

Попробуем для начала объяснить само мудреное слово «синдром». Народ часто любит его употреблять, но вот сути понятия не знает. Синдром вообще означает комплекс проявлений болезни. Речь идет не о самой болезни как таковой, а о тех изменениях и их следствиях, которые происходят во всем организме человека вследствие болезни.

Ничего заумного тут нет. У каждой болезни есть свои признаки - они называются симптомами. Например, типичный симптом почти всех болезней - боль.

Боль - это симптом. Повышение температуры тела - тоже симптом. Характерные признаки-симптомы подавляющего числа болезней описаны и пронумерованы. **Всем известный СПИД начинается с удовольствия и без боли, но от него страдает весь организм в целом, причем проявления заболевания у одного конкретного СПИД-носца могут существенно отличаться от проявлений у других, таких же конкретных. Болезнь находится не в одном четко обозначенном месте, она везде. Потому и называется - синдром.**

Если вы после такого объяснения все же запутались, то особенно не волнуйтесь - для не связанного с медициной человека разница может быть и неуловима, но она существенна для медиков.

Для людей, которые напрямую не связаны с медициной, появле-

ние синдрома длительного сдавления принято объяснять так - он «развивается при попадании людей под обвалы жилых и промышленных строений, сжатию организма при автомобильных, железнодорожных катастрофах, когда спасательные работы затруднены из-за технических сложностей. В таких ситуациях внутренние яды, вызванные разложением травмированных тканей, поступают в кровь и отравляют нервную систему, кровь, почки, печень». Это цитата из одного пособия, ничего не объясняющая. Как говорилось в известной оперетте: «Так то оно так, только трюшечки не так!»

Типичная, к величайшему сожалению, ситуация - рухнул дом. Что к этому привело? Террористы подложили бомбу, землетрясение принесла нелегкая, строители украли цемента больше обычного - какая разница? Главное, пострадали люди. Для тех из них, кто не погиб сразу и оказался под завалом, - не так уж и важна причина. Куда как важнее для них - не остаться придавленными обрушившейся стенкой на веки вечные, дожить до того момента, когда спасатели достанут их практически из могилы.

Многие бывшие советские граждане хорошо помнят жуткие кадры кинохроники ликвидации последствий землетрясения в Спитаке. Раньше нам такое не часто показывали, но тогда... Сколько дней прошло после первого подземного толчка, а спасатели продолжали и продолжали поиски и находили живых людей. Измученных, но живых! И как все дружно

радовались еще одной спасенной жизни!

Теперь новости почти сплошь состоят из бесконечного парада катастроф, а комментаторы довольно сухо сообщают нам цифры пострадавших. Даже привычно стало. Через день-другой - новая катастрофа, и уже почти никто не вспоминает о предыдущей. Ну да мы не про то. Не про эмоции и людские чувства. Мы про синдром длительного сдавления.

Давайте еще разок вспомним кадры спитакской кинохроники. Была там одна пожилая женщина, которая сидела возле рухнувшего дома и не могла от него отойти по той причине, что ей придавило правую руку где-то на уровне локтя. Самостоятельно несчастная женщина освободиться не могла, а над ее рукой возвышалась железобетонная стена - попробуй подыми! Сколько она так просидела до того, как ее освободили, - трудно сказать. Но когда бы это ни произошло, у женщины однозначно уже имелся синдром длительного сдавления.

Ее рука долго находилась отключенной от общего кровотока. В таком состоянии даже неповрежденная, то есть без всяких переломов и размозжения тканей, рука еще продолжала жить. Каждая ее клеточка существовала и выделяла продукты своей жизнедеятельности. В нормальном состоянии эти продукты тут же нейтрализуются в печени. Наш организм отлично приспособлен к тому, что все клетки в нем живут и потихоньку выделяют отходы. Но организм оказывается плохо приспособ-

КОНСУЛЬТАЦИИ СПЕЦИАЛИСТОВ

ленным к тому, когда эти продукты жизнедеятельности выбрасываются в кровь внезапно и в большом количестве.

Всем хорошо знаком такой метод остановки кровотечения, как наложение жгута. Жгут накладывается на небольшое время, которого по идее должно хватить, чтобы доставить больного в больницу, где кровотечение будет остановлено другими способами. За это время (обычно - до часа) ничего страшного не происходит. Однако если жгут наложить и не снимать несколько дольше - тогда ткани без притока свежей крови начинают постепенно умирать. Кстати, мы получили один из частных примеров синдрома длительного сдавления. Длительное сдавление приводит к постепенному отмиранию клеток и гибели всего сдавленного органа, в данном случае - руки. Но это еще все.

Снятый жгут (или устранение другой причины сжатия) откроет кровоток, и все накопившиеся в отключенном органе токсины с размаху бьют по внутренним органам - печени, почкам. Очень часто случается так, что этого удара оказывается более чем достаточно. И естественно - наличие переломов и размозжений лишь усугубляет положение.

Как помочь человеку, который попал в такую ситуацию?

Во-первых, без паники. Не спешить его освободить. Попробуйте выяснить - сколько времени прошло. Если много, час или больше, то такая быстрая и необдуманная помощь лишь навредит. Разберитесь в происшедшем - лишние пять минут уже ничего не значат. О личной безопасности тоже забывать не следует - очень часто непродуманные действия приводят к тому, что число жертв увеличивается за счет незадачливых «спасателей».

Во-вторых, попавшая в тиски рука или нога - не так страшно по сравнению с тем, как если у человека придавлена вся нижняя или верхняя половина тела. Тут нужно четко представить себе следующее - такого пострадавшего необходимо наиболеестрейшим способом доставить в больницу.

В-третьих. Перед извлечением придавленной конечности (руки или ноги) обязательно наложите жгут выше места сдавления, тем самым вы не допустите массированного поступления токсинов в организм, а значит, действительно окажете помощь человеку. На поврежденную



конечность очень неплохо наложить шину из любого доступного материала - доски, плотного картона - сгодится все, стоит лишь поискать.

В-четвертых. Дайте человеку побольше питья, любого, какое окажется под рукой. Идеально - щелочная минеральная вода без газа, если она, конечно, есть.

В-пятых. Не окажется лишней таблетка анальгина или, на худой конец, немного алкоголя. Однако злоупотреблять не следует, особенно алкоголем - долго объяснять почему, примите как факт. Обязательно поставьте в известность медиков, когда они приедут, о всех тех лекарствах, которые вы давали пострадавшему. Если не знаете, что это за таблетки, - лучше не давайте.

И, наконец, самое главное. Синдром длительного сдавления не всегда означает смерть. **Вовремя и квалифицированно оказанная помощь спасает жизнь.**

Профессор Алекс Митчел

Может ли курс лечения от воспаления яичников вылечить хламидиоз, уреаплазмоз, микоплазмоз?

Вопрос: Уважаемая Мария Михайловна. Скажите, пожалуйста, может ли курс лечения от воспаления яичников: (3 раза в день инъекции линкомицина (10 дней) + хлористый (системы и внутривенно 7 раз) одновременно вылечить такие заболевания, как хламидиоз, уреаплазмоз, микоплазмоз?

Заранее спасибо.
С уважением, Наташа.

Ответ: Здравствуй, Наташа!

Воспаление яичников и хламидиоз - это одно и то же, вернее, воспаление яичников может быть вызвано хламидиями, микоплазмами и пр. Поэтому лечение одинаковое - антибиотиками, к которым чувствительны эти возбудители. Микоплазмы, уреаплазмы и хламидии чувствительны к одним и тем же антибиотикам, к линкомицину в т.ч.

С уважением,
консультант интернет издания
«Ай, болит» Мария Малайская

Да... Что написано пером... Никогда не знал, что «воспаление яичников и хламидиоз - это одно и то же». Теперь и сам запомню, и другим расскажу. Пожалуй, неплохо и в Нобелевский комитет написать, а то они там плачут и не ведают, за что свои премии присуждают.

А если серьезно, то воспаление яичников совсем не одно и то же, что хламидиоз. Хламидии, как и другие микроорганизмы, способны вызывать воспаление. Но не они одни! Правильный диагноз может быть получен только на основании бактериологического исследования, которое укажет не только вид возбудителя, но и его чувствительность к антибиотикам. Те же самые хламидии вполне могут оказаться совершенно нечувствительны-

С улыбкой о наших заблуждениях

ми к линкомицину. Потому неверным является и утверждение, будто лечение все равно одинаково. Если бы так было, то всех женщин давно бы уже вылечили. Однозначно, что в каждом конкретном случае лечение сугубо индивидуально. Грубая схема выглядит примерно так - назначается два вида антибиотиков, сульфаниламидный препарат, противогрибковое средство, другие противовоспалительные средства, иммуностимуляторы, витамины. Заметьте - это лишь очень приблизительная схема.

Профессор Алекс Митчелл

ЧАЙ

на открытой веранде

Мужчина преклонных лет, седобородый, стоял у лотка с газетной продукцией и внимательно изучал литературу по народной медицине.



Чем-то этот человек гренадерского роста и с широченными плечами и умными серыми глазами заинтересовал меня... Минут через 20 я попросил разрешения подсесть за его столик – он пил чай на террасе небольшого кафе. Рядом на столике стоял совсем небольшой туюсок с медом, лежало несколько газет, содержащих медицинские рецепты. Среди них я увидел «Самоисцеление...».

- Вы интересуетесь народной медициной?

- Не только интересуюсь, но и практикую немного.

- Обучались специально?

- Можно сказать и так, хотя и медицинское образование имею. Просто с народной мы встречаемся постоянно, но не замечаем ее.

- ?

- Вот мы чай пьем. Да? А ведь мы сейчас еще и лечимся. Да-да, не удивляйтесь. Чай – прекрасное лекарство от многих болезней, но только на свежем воздухе. Пить чай в комнате не полезно, он мягкого и чистого дыхания требует, а еще воду нужно правильно кипятить, желательно в самоваре или титане – там она нагревается равномерно. Вы заметили, что чай в поездах всегда намного вкуснее домашнего?

- Значит?

- Значит, берите чашку чая – и на балкон в любую погоду или на веранду. Выпьете – невероятную легкость в теле почувствуете, и дыхательные пути очистятся. Никогда не пейте чай в закрытом помещении.

- Интересно.

- Это что. Я такие рецепты знаю. Собираю начал еще в детстве, когда в лагере был.

- В каком лагере?

- Да уж не в пионерском... Отца моего, - рассказывал Матвей Иванович (так представился мой новый знакомый) - репрессировали в 38-м. Да вскоре и расстреляли. Нас с матерью отправили на поселение в район Каралага, в Караганду то есть. Условия – страшнее не придумаешь, голодуха... Мама вскоре умерла от чахотки и истощения, да и я бы за ней отправился, но приютил меня такой же «сосланец». Он в лагере у эков врачом работал, по-тюремному – «лепилой». Вот он-то меня и пригрел, и стал я при лагерном госпитале помощником санитаря – всю грязную работу делал, но пайку получал. Не ахти какую, но кое-что. А главное, доктор этот каждый вечер давал мне пить половину стакана какого-то настоя из трав – он их собирал все время, сушил, варил, сок выжимал – говорил, что настой этот жутко полезный, а каждое утро – полтора стакана горячего кипятка на тощак.

- Это зачем?

- Старинный метод лечения склероза. Еще и названия не было, а метод был. Горячий кипяток очищает кровеносные сосуды и выводит вредные отложения.

- А за что доктор сидел? По делу врачей-вредителей?

- О! Это отдельная история. Врач тот не просто врач был. Возглавлял он секретную лабораторию при НКВД. А занимались они производством лекарства. Да не простого. Бывают такие минуты, когда в человеке просыпаются разные невозможные возможности, что ли. На 1-2 секунды он вдруг становится страшно сильным, или быстрым, или вдруг зрение обострится, или скорость реакции в сто раз увели-

чится, или он с одной крыши на другую перепрыгнет с короткого разбега, да мало ли что. Так вот персонал лаборатории должен был найти такое средство, чтобы эти минуты-секунды искусственно в организме создавать. Представляешь, какого солдата-супера сделать можно? Сильный, как горилла, ловкий, как макака, взгляд, как у беркута, быстрый, как гепард.

- Да разве такое возможно?

- Конечно, нет. Но тогда партийное руководство так не считало. Поручили-доверили – исполни. Нет – за решетку. Вот так и «загремел» доктор в бессрочную ссылку. Но работ своих он не прекращал – фанатично идею эту любил, а поскольку я рядом был всегда, начал он меня кое-чему обучать. А я и не отказывался – интересно и выгодно.

- Выгодно?

- Еще как. Это ж зона. Подлечишь какого урку, он тебя отблагодарит. Едой, конечно, или чаем. В тюрьме своя валюта. Вот знаешь, как быстрее всего больному температуру «сбить» без лекарств?

- Как?

- Положить ему под колени бутылки с холодной водой. Или сделать кашу из тертой свеклы и лука – сырых, конечно, и приложить к ступням. Отлично помогает.

- Никогда не слышал. А что дальше было?

ИНТЕРЕСНЫЙ СОБЕСЕДНИК

Дальше печально. Пришли за доктором трое в петлицах и «пригласили» к «больному». Дня четыре я его прождал, потом понял - все. Решил бежать. А куда? На фронт, конечно, думал, война все спишет. Собрал вещи кое-какие, взял записи доктора - четыре толстые тетрадки и рванул. Как добирался, рассказывать долго и неинтересно, но доехал. Тут меня «особисты» прихватили, начали было выяснять, кто я и что я, но грянул приказ наступать, и меня временно оставили при полковом госпитале. Ну, я тамошнему фельдшеру приглянулся, как-никак без малого пять лет у тюремного «лепила» науку врачевания проходил, да так с госпиталем до Берлина и дотопал.

- А травки собирали?

- Еще как. Все время настой готовил. Здорово он больным помогал. Одна из тетрадок специально ему посвящена была. Как готовить, как использовать. Интересно то, что его и пить можно, и в нос закапывать, и в кожу втирать, и раненные и обожженные места смачивать. Панацея, словом.

Недалеко от нас за столиком расположилась компания молодых ребят баскетбольного роста. Заказав кофе и бутерброды, парни принялись поглощать еду с хорошим и здоровым аппетитом.

- Обратите внимание, - заметил мой собеседник, - ребята явно после тренировки, еще и волосы от душа не просохли, а вышли из спортзала и скорее на еду набросились.

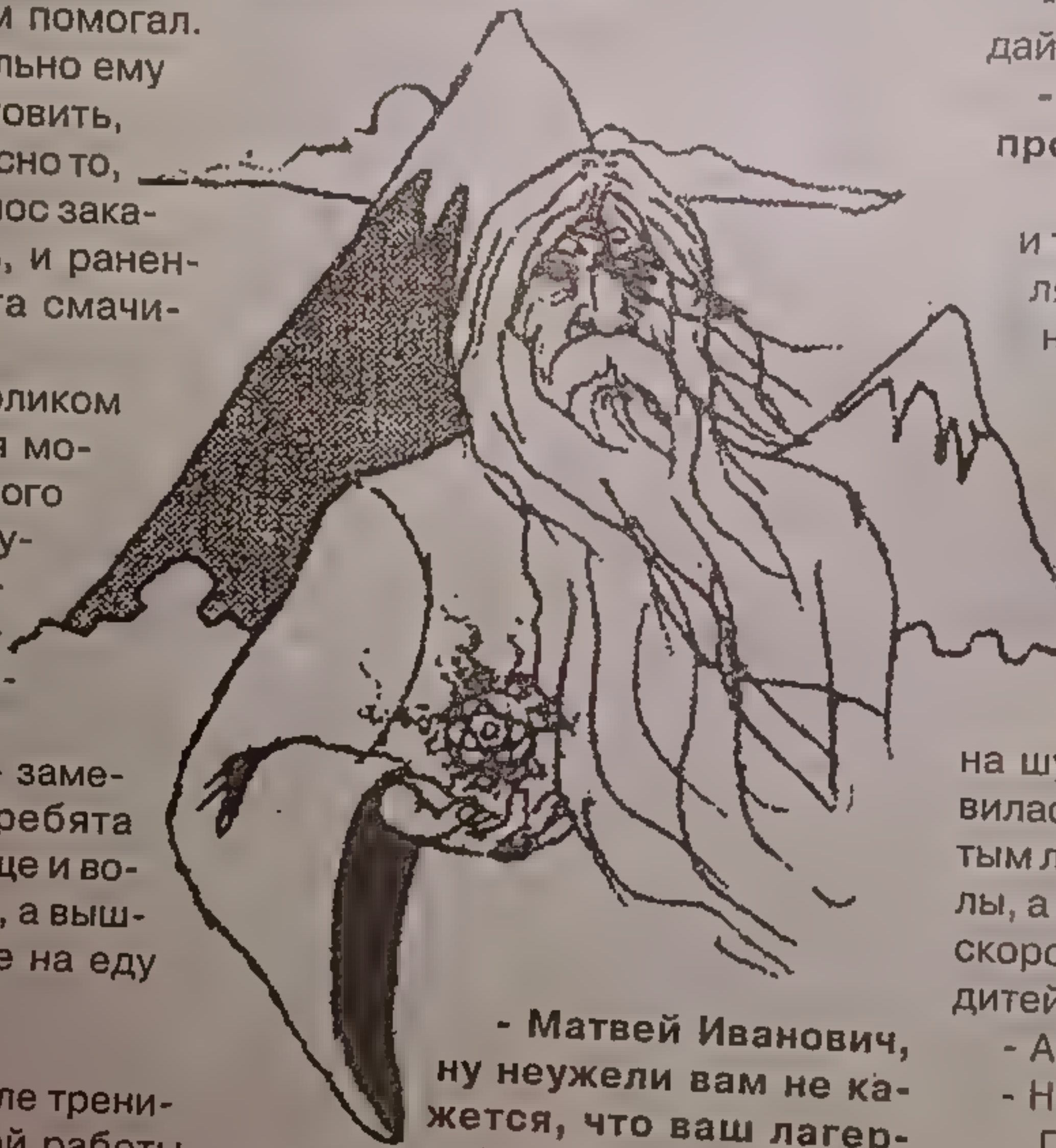
- А что, нельзя?

- Ни в коем случае. После тренировок и после физической работы есть хочется, но надо выждать хотя бы час-полтора и в это время бросить в рот таблеточку аскорбинки, запить минералочкой, а лучше - натуральным соком. Потом уж можно и поесть чего-нибудь не очень тяжелого для желудка: салат, например.

- Вы лучше расскажите, что с вами дальше было. - Меня так захватил рассказ этого интересного человека, что на посторонние темы отвлекаться не хотелось.

- Что было? После войны подался в Донбасс на заработки, жить как-то надо было, и тут произошел со-

мной еще один случай. В поезде одному пассажиру вдруг стало плохо - сердце прихватило. Лекарств, естественно, никаких, но у меня имелась фляжка с настоем, я бухнул этому мужчине полную кружку. Видели бы вы, что с ним стало - порозовел мгновенно, плечи распрямились, вроде ростом выше стал, как-то даже мышцы поднапряглись. До конца поездки мы с ним говорили, а потом, когда в город прибыли, он меня к своему приятелю-медику повел. Долго тот меня про мой бальзам расспрашивал, но я толком ничего не рассказал - кто его знает, что за люди. Но люди оказались хорошие. Медик тот меня к себе в больницу на работу взял, занялся я опять любимым делом. Потом школу фельдшеров окончил, потом - мединститут, сейчас на пенсии.



- Матвей Иванович, ну неужели вам не кажется, что ваш лагерный учитель в своей НКВДэшной лаборатории чего-то все-таки достиг?

- Я это давно понял, потому что оставшиеся три тетрадки прочесть не смог. Точнее, смог, но ничегошеньки не понял. Придется тетради уничтожить.

- Да вы что?! А люди? Им знания не нужны, что ли?

- Людям? А зачем? Суперсолдат создавать для афганистанов и Чечни? Для войн? Для убийств? Ну уж нет! Никогда!

- А мне почему доверились?

- Я в людях разбираюсь. По гла-

зам понял - не стукач.

- А почему обманули, назвавшись Матвеем Ивановичем? Я ведь тоже в людях разбираюсь. Вы такой же Матвей Иванович, как я Бен Ладен.

- Ладно, не злись. А Матвеем Ивановичем того лагерного лепилу звали. Так что я вроде и не обманул.

- А знахарь вы, видать по всему, знатный. Не хотите людям помочь? Я ведь в медицинской газете работаю. Нам часто о своих недугах пишут, совета просят. Вот ваш опыт и пригодился бы.

- А гонорар какой?

- А за так? За совесть.

Старик громко рассмеялся.

- Ну молодец. Значит, не ошибся я. Согласен.

- Где я вас найду?

- Вот мой адрес, а ты телефон дай.

- А бальзама вашего дадите попробовать?

- Нет. У тебя здоровый организм, и ты сам справишься со всеми болячками. Тебе моя помощь пока не нужна.

По указанному адресу я отправился недели через две и был ошарашен, увидев вместо ожидаемого дома руины какого-то строения... «Обманул дед. Развел, как пацана сопливого. Но зачем?»

- Вы, молодой человек, хозяина ищите? - Около меня остановилась бойкая молодка с веснушчатым лицом. - Так нема его. Хату знесли, а вин квартиру получив. Нас усих скоро поносять. А вин хороший був, дитей ликував бесплатно...

- А адрес, адрес не оставил?!

- Ни.

...Прошел где-то месяц. Моя встреча с «Матвеем Ивановичем» стала забываться - работа, то да се, командировки, но однажды...

- Валерия можно? - услышал я, подняв трубку телефона. Я помнил этот голос.

- Матвей Иванович, где вы? - заорал я.

- Наш договор в силе? Я могу вам звонить? - спросил он, не ответив на мой вопрос.

- Да-да! Конечно! У меня к вам миллион вопросов...

Но это уже совсем другая история.

Валерий Веселов

Общаясь
с оккультистами
различного толка,
мне часто
приходится
сталкиваться со
случаями, когда
магические
ритуалы
не действуют.

Вскоре один из виновников действительно умер. Что же касается второго, сильного воина и охотника, то на него этот ритуал не произвел никакого влияния. Во всяком случае, влияния заметного. Отсюда можно сделать вывод: магические ритуалы на разных людей действуют по-разному.

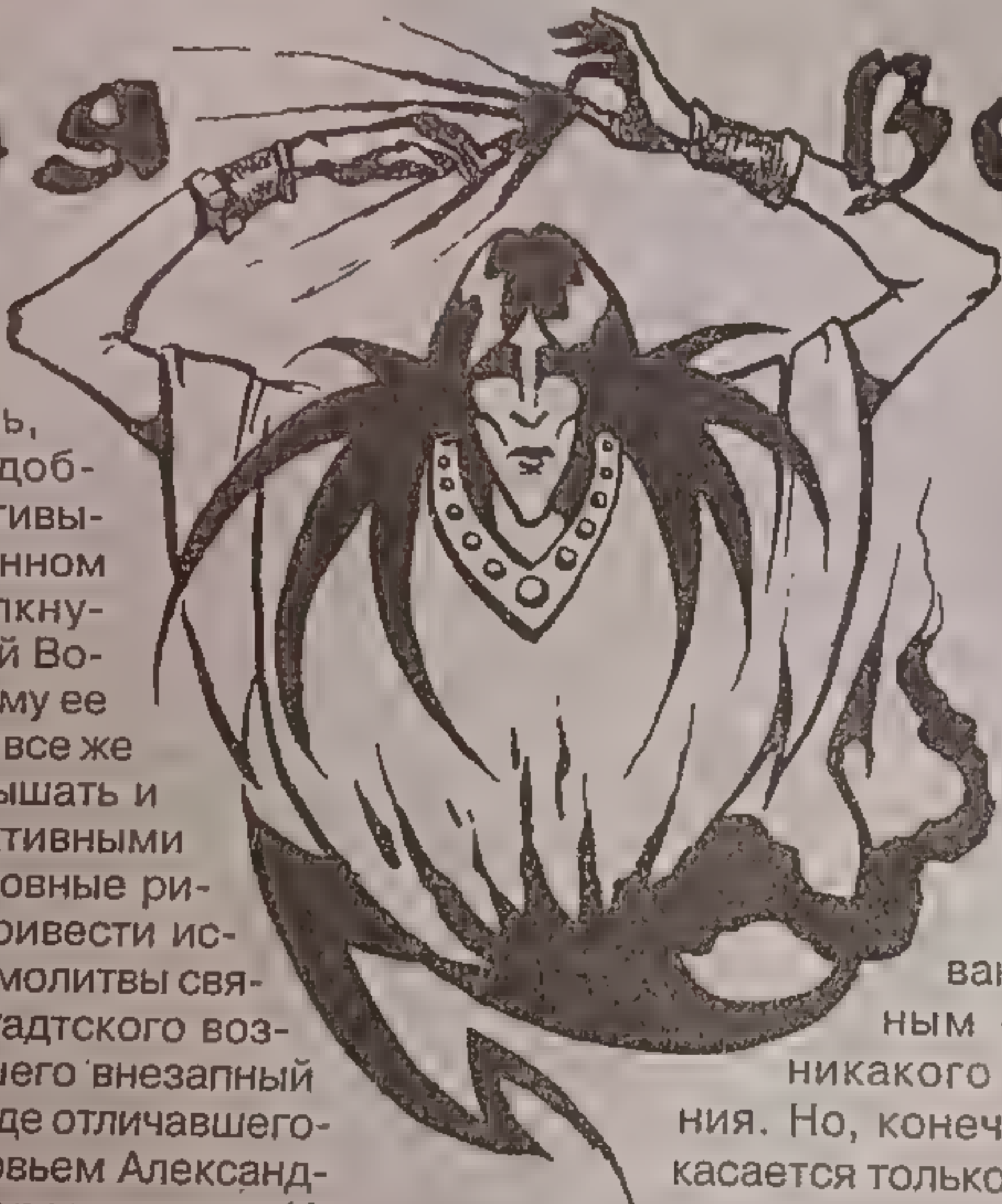
Особенно это заметно во время целительских сеансов. Отчетливо видно, как некоторые люди выздоравливают почти мгновенно и уже к концу сеанса чувствуют себя совершенно иначе. Другие — с отставанием, их здоровье восстанавливается порой неделями. Но есть и такие, на которых целительские сеансы не оказы-

ность проведенного ритуала можно объяснить тремя факторами. Во первых, один из индейцев, узнав об этом, мог сам обратиться к колдуну, своевременно снявшему порчу. Сделав это тайно, можно надеяться приобрести репутацию человека, на которого колдовство не действует.

Второй вариант — инвольтацию делали сразу «на двоих». Поэтому магические силы, сконцентрировавшись, ударили по наиболее слабому, а тому, кто сильнее, ничего не досталось. И третье, наиболее вероятное, — сила подействовала не сразу, она как бы временно «уснула». Бывает и так, и, проснувшись спустя какое-то время, она может обрушиться на свой

Воля Вселенной

Объясняют это по-разному: в частности, церковь, считая все подобные ритуалы нечестивыми, — тем, что в данном случае магия столкнулась с Божественной Волей, и именно поэтому ее сила развеялась. Но все же нередко можно услышать и о том, что неэффективными оказываются и церковные ритуалы. Так, можно привести исторический пример: молитвы святого Иоанна Кронштадтского возле постели получившего внезапный приступ, всегда прежде отличавшегося редкостным здоровьем Александра III не дали никаких результатов. И, невзирая на отчаяние святого, вскоре царь умер, освободив место для своего несчастного наследника — Николая Второго.



вают равным счетом никакого влияния. Но, конечно, это касается только заметных для нас влияний.

Магические воздействия действуют не только на подсознание конкретного человека, но и на иные уровни нашей реальности. Так, вызванные с помощью магии силы сохраняются очень длительное время в той среде, которую западные психоаналитики называют «коллективное бессознательное», — та же ноосфера Вернадского. И уже оттуда, из иной, нематериальной реальности магия действует на предназначенные ей объекты, вызывая запрограммированные изменения. Но нередко эти изменения не происходят в силу не совсем ясных для нас причин. А возможно, они просто откладываются.

Если вернуться к описанному выше случаю с индейцами, то неэффектив-

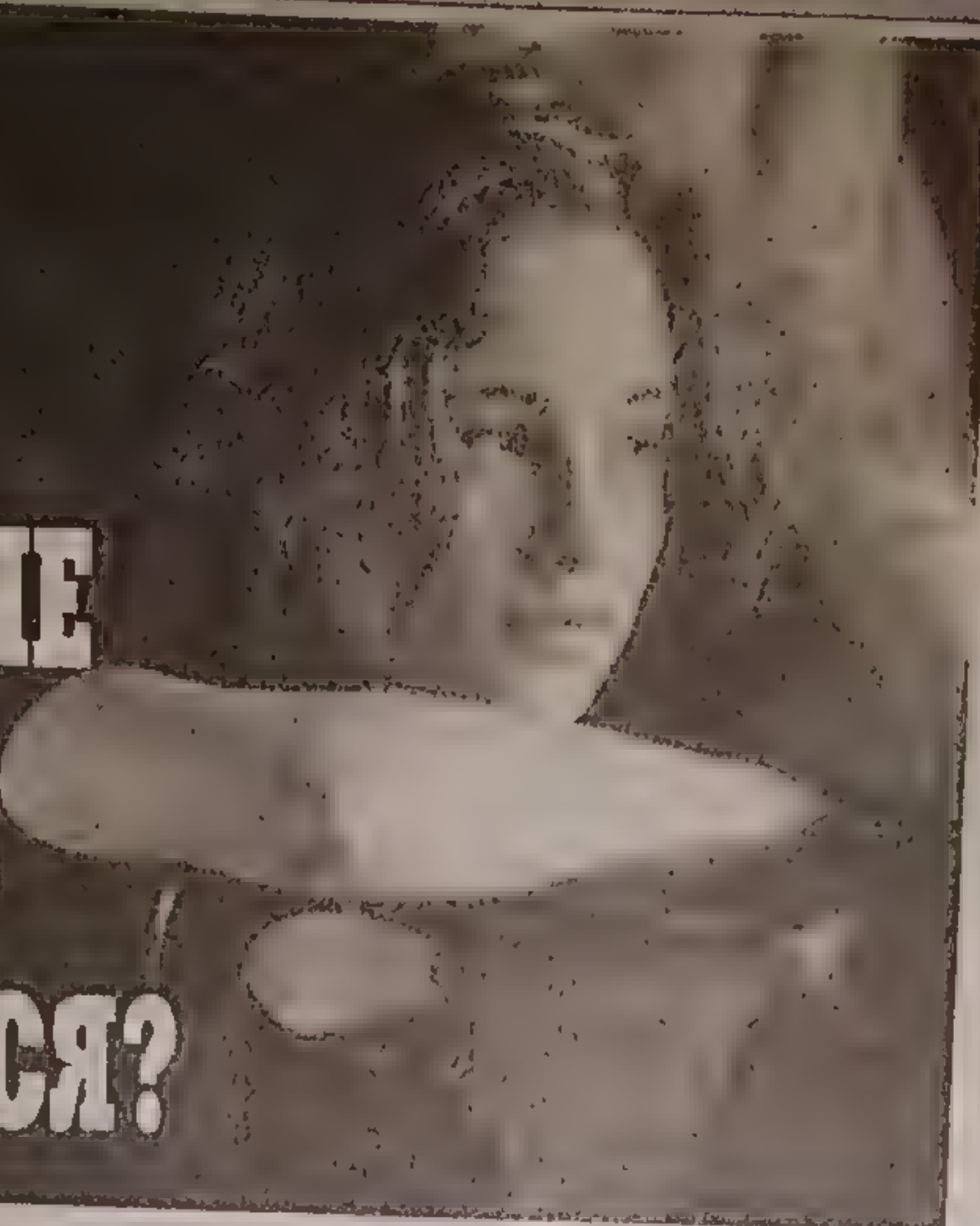
объект, уничтожив либо его, либо подросших к тому времени детей этого человека. Нередко, к сожалению, бывает и так.

Занимаясь целительством, довольно часто сталкиваешься с проблемой «отложенных воздействий». К примеру, порчу, вызвавшую болезнь, удастся обнаружить только в очень далеких, прошлых реинкарнациях, порой многие столетия назад. Тогда она, в силу неясных причин, не работала. А сегодня — пожалуйста, она есть. И я сильно подозреваю, что те, кто ее наводил, совсем не рассчитывали на столь отдаленное действие, поскольку большинству людей необходим именно немедленный эффект. И тогда создается впечатление, что некая невидимая сила, воля Вселенной, на самом деле и контролирует все магические воздействия, используя труды магов в своих собственных интересах.

Действительно, если серьезно подходить к этому вопросу, то можно заметить, что сама магия слишком часто оказывается за пределами контроля тех, кто ее использует. Особенно это касается ритуалов, направленных «во зло». Элитные маги еще как-то ориентируются в этом вопросе. Но большинство тех, кто использует это искусство в своих интересах, редко когда в состоянии проконтролировать, что именно из этого получится. А получается, чаще всего, совсем не то, на что мы рассчитываем.

Примеры подобных случаев можно найти у всех народов. Так, в одной из книг, посвященных шаманам, описывается история: двое южноамериканских индейцев, живущих в джунглях, нарушили брачный договор. То есть, по нашим понятиям, просто нашли себе других жен. По местным законам, эти люди должны были понести суровое наказание. Люди племени, собравшись вместе, вызвали самых сильных из местных колдунов. Те, явившись в собрание, произвели соответствующие ритуалы, направленные на уничтожение преступивших закон.

ПОЧЕМУ НАШИ СОКРОВЕННЫЕ ЖЕЛАНИЯ НЕ ИСПОЛНЯЮТСЯ?



Особенно любопытно следующее: те, кто использует магию, в основном черную, чаще всего мотивируют это использование исходя из ошибочных предпосылок. События, в которые им хочется вмешаться, всегда видятся подобным людям в ином, несколько искаженном свете. И действительно, когда конкретный человек дает себе труд тщательно разобраться в ситуации, то убеждается, что в действительных, реально происходящих событиях магическое вмешательство оказывается совсем излишне.

Происходящее совсем не так хорошо, чтобы его хотелось обязательно испортить, и совсем не так плохо, чтобы его нужно было во что бы то ни стало поправлять (особенно за счет ни к чему не причастных людей).

Знающие магию поймут, что я имею в виду.

Более того, можно заметить, что люди, склонные к наведениям порчи, сами в свою очередь неоднократно подвергались всевозможным инвольтациям. Таким образом, можно заметить, что этими людьми являются те, чье подсознание постоянно испытывает негативные влияния. Таким образом, подобные влияния распространяются среди людей, как своего рода цепная реакция. Человек, затронутый ею, передает воздей-

ствие дальше. Конечно, так бывает не всегда, но все же достаточно часто.

Итак, создается картина: в начале начал, в основе этой реакции, стоит некая вселенская сила, управляющая процессом. Сама эта сила по своей природе нечеловеческая.

Именно она и программирует сознание людей, вызывая не только искаженное восприятие мира, но также и потребность ухудшить чужое состояние, которое кажется слишком хорошим на фоне своего собственного, плохого.

Эти мотивы принято именовать завистью; но и зависть почти всегда основывается на ложном, ирреальном восприятии. И что любопытно: именно те, кого принято считать наивными простаками, всегда оказываются вне зоны искушения. В свое время Иисус сказал: будьте вечно, как дети, ибо их есть Царствие Небесное. И действительно — именно они оказываются за пределами влияния той странной, таинственной силы, которую можно назвать волей Вселенной. Космическая, невероятная по своей силе власть, создающая человеческие судьбы, оказывается бессильной в данном случае.

Но что же представляет собой эта таинственная власть? Трудно ответить на этот вопрос; и многие поколения мистиков не дали на

него достаточно определенного ответа. Видимо, эта сила является составной, включающей в себя многие, порой противоречивые части. Но совершенно ясно одно: она действует по определенным законам, — а значит, в свою очередь, управляема.

Один из таких законов можно было бы назвать закон духовной инерции. Большинство людей может заметить, что самые сильные, сокровенные наши желания никогда не исполняются.

Именно то, чего мы больше всего хотим, нам недоступно. И дело совсем не в недостижимости желаемого — сама реальность как бы сопротивляется тому, что нам необходимо больше всего, возможно, воспринимая это как своего рода агрессию. **Но проходит время, мы устаем добиваться своей недостижимой цели — и происходит обратное.** Мы устаем хотеть и уже начинаем чувствовать к этой цели некоторое отвращение, — но именно тогда, уже без усилий с нашей стороны, это начинает исполняться. Так, может быть, не стоило хотеть? Может быть, с самого начала стоило отбросить наше стремление его объекту, и пусть цель сама добивается нас? Иногда именно это и оказывается наилучшим решением вопроса.

В свое время Зигмунд Фрейд создал учение о либидо.

Но, вдумавшись в это учение, можно сделать и такой вывод: разумными стоит считать только те действия, мотивация которых находится за пределами либидо.

Всякое иное действие свидетельствует лишь о том, что нами управляют некие неведомые силы, внушающие нам, с помощью либидо, наши стремления. Мы, в своей премудрой наивности, и представить себе не можем, до какой степени мы все управляемы. Конечно, то, что нами правит, — это различные, и далеко не всегда разумные, силы. Но, объединившись в своем влиянии на нас, именно они и создают некое общее, руководящее начало — волю Вселенной.

Доктор Морро

ОБРАТНАЯ СТОРОНА КОДИРОВАНИЯ

Произошел как-то со мной неприятный случай – «прихватило» зубы. Щека раздулась, как подушка, и, понимая, что надеяться не на что, я направил стопы в стоматологическую клинику, мысленно распрощавшись с одним из коренных. В принципе, процедуры извлечения зуба изо рта я не боялся, поэтому, спокойно сев в кресло и приняв через шприц дозу лидокаина, я стал дожидаться полного одеревенения щеки. А пока процесс сей длился, тихо и внимательно обозревал своих собратьев по несчастью, сидящих в соседних креслах.

Слева зубоврачебный трон занимал парняга в камуфляже. Косая сажень в плечах, почти наголо остриженная голова, тяжелая челюсть и фантастически громадные кулаки, служащие завершением мускулистых рук. Словом, Геркулес.

Крупная врачиха вложила в пасть этого монстра «зубодеры» и, поднатужившись, рванула их куда-то вбок и вверх. Парень издал горловой звук и уже через секунду цыкнул в плевательницу сгустком крови. Тем временем докторша быстро поднесла к лицу владельца камуфляжа ватку со спиртом – понятно, дезинфекция.

Что случилось потом, я понял плохо. Неожиданно подскочив, детина рухнул на пол. Его лицо покрыла мертвенная бледность, кажется, он перестал дышать. Весь медперсонал кабинета засуетился, парня принялись откачивать, пытались поднять, да где там. В конце концов «камуфляжник» открыл глаза:

- Извините. Я от пьянства два года назад закодировался. А тут спирт нюхнул, ну и... Сами понимаете.

Такая вот история. А выводы? Выводы делайте сами. Я думаю, лучше не кодироваться. А еще лучше – не начинать пить.

Валерий Веселов

Многолетняя практика снятия сглаза, порчи, заклятия привела меня к выводу, что иногда разнообразные методы кодирования от алкоголизма не приводят к ожидаемому результату или он носит временный характер, потому что истинной причиной болезни является сильная порча – «Чертово решето». Без снятия порчи, а она могла быть наведена «черными» колдунами или злобными завистливыми людьми много лет назад (часто сам больной или его родственники об этом догадываются), будут лишь временные перерывы между затяжными запоями.

СЛОВО ПРАКТИКУЮЩЕМУ ЦЕЛИТЕЛЮ

**«ДЕД КАЛИН» - ВОДКЕ КЛИН,
А КУРИНЫЙ ПОМЕТ НИКОГДА
НЕ БЕРЕТ!**

Ко мне поступают многочисленные письма о том, что кодировали от алкоголизма сына или мужа различными способами от лазера до уколов в живот, по системе Довженко 3-5 раз, но в результате - очередной срыв и озлобленность. После этого бросались в другую крайность: стали тайком добавлять в заранее купленную водку кукольник, копытень или куриный помет. Многолетняя практика показала, что это опасное заблуждение и пустая трата времени. Алкоголизм тайком, по-воровски, не лечится. А копытень, кукольник или клопы вызывают только тошноту, рвоту, но не отвращение к алкоголю. Кроме того, со временем собутыльники подскажут или больной сам догадается, кто добавляет отраву в водку. И сразу возникнет не стена - пропасть между больным и родней. И преодолеть ее, навести мосты доверия очень сложно. К тому же у алкоголика ослаблены почки, сердце и печень. Кукольник и ему подобные растения могут вызвать внезапный подъем артериального давления, особенно во сне, и как результат - отказ почек, инфаркт или инсульт. Больной может погибнуть, а может лет 10-15 лежать парализованным со всеми вытекающими послед-

ствиями... В отношении алкоголика необходимо действовать жестко, целенаправленно и последовательно. Нельзя верить его словам, что бросит пить сам, - обманет! Есть в Библии точное определение таких людей - «одержимые». Одержимые Сатаной!

Иногда без снятия порчи, наведенной «черными» колдунами или злобными завистливыми людьми, а именно она держит больного в болоте пьянства, одержимый водкой пить ее не бросит.

Лежат передо мной два скорбных письма. В одном пишет жена, что не успела дать растительный сбор «Дед Калин» от алкогольной порчи: мужа зарезали в пьяной драке. В другом пишет мать, что сын не стал пить растительный сбор, обещая бросить сам, но по пьянке что-то украл и его посадили на 5 лет. В конце письма она спрашивает, нет ли у меня заговора от тюрьмы?

Нет, заговора от тюрьмы у меня нет...

**Если у вас возникли
вопросы, пишите: 443099,
Россия, г. Самара, ул. Фрунзе,
97/99, кв. 4, Логинову
Владимиру Викторовичу.**

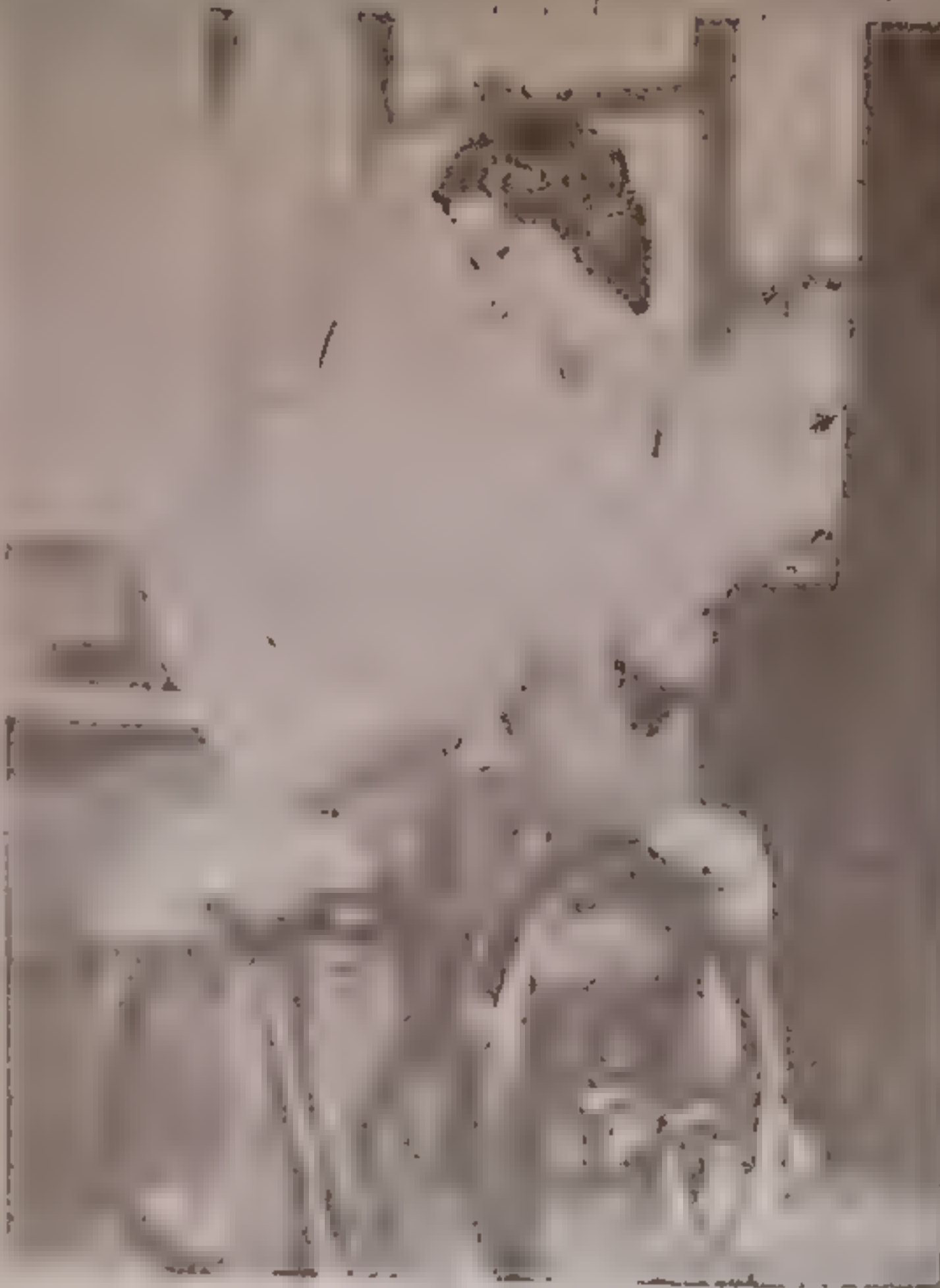
Обязательно: число, месяц, год рождения, сколько раз кодировался, состояние больного, конверт с точным индексом и обратным адресом для ответа. Отвечу всем.

**Народный врач
В. Логинов**

ПРОБЛЕМА СЕКСА СРЕДИ ИНВАЛИДОВ

Здравствуйте. Меня зовут Светлана. Я хотела бы задать Вам несколько деликатных вопросов. Прежде всего, хочу извиниться за длинное письмо, но, пожалуй, в двух словах мне не рассказать о своей проблеме. Дело в том, что я инвалид с заболеванием опорно-двигательного аппарата, и проблема секса среди инвалидов существует и является не менее важной, чем инвалидные коляски, среда доступности и т.д. и т.п. Меня сейчас волнуют личные проблемы, о которых я, конечно, не могу сказать своей маме. Наши родные - это одна из главных проблем. Наши мамы себе и не представляют, что их девочки могут любить и, что самое страшное, - заниматься сексом. Когда моя мама узнала, что я была в близких отношениях с моим молодым человеком (я это сказала ей сама, чтобы не давать повод для догадок), для нее это был шок. Несколько дней она ходила сама не своя, я чувствовала себя виноватой.

Сейчас мама, по-моему, смирилась и уже приняла моего милого. Но говорить с ней на интимные темы я также не могу. И сказать маме, что у меня проблемы, что мне нужна консультация сексолога, я просто не могу. Поэтому пишу Вам и надеюсь на Вашу помощь. Скажу сразу, что мне 30 лет. У меня больные ноги, я перенесла много операций. Ножки у меня, если говорить прямо, не первой красоты. Понимая это, я вбила себе в голову, что ни один мужчина на такое не позарится. Поэтому я, как бы так Вам сказать... поставила на себе крест и глубоко его закопала. Тем более - больные тазобедренные суставы, да еще я небольшого роста. Без ложной скромности скажу, что на лицо я не дурнушка и умом Бог не обидел. поклонников у меня много, но все они просто очень хорошие друзья. И если кто-то из них начинал проявлять ко мне более пристальный интерес, сразу срабатывало мое «нельзя», и молодой человек оказывался на более дальнем расстоянии. Подруги надо мной подшучивали, из-за этого я еще больше комплексовала. Но вот, как снег на голову, свалился он... Он лучше всех на свете, я люблю его со страшной силой. Он стал моим первым мужчиной. Для меня этот день стал большим стрессом, я не могла спать, мне было плохо и хорошо одновременно. Происходил какой-то психологический и физический перестройки организма. Я не могу слова-



ми описать это состояние. Мой мужчина был очень нежен и ласков со мной, но без боли и крови не обошлось. Ну а теперь мы занимаемся с ним любовью без проблем, кроме одной, собственно, из-за которой я Вам пишу. Дело в том, что до первой нашей с ним близости я испытывала очень сильное возбуждение, мои трусики были мокрыми только от одной мысли о нем, но если он ко мне прикасался, у меня все внутри набухало, и я очень его хотела. Еще до первой нашей близости он рукой довел меня до оргазма, так что я представляю себе, что это такое. Но вот проблема: после первой нашей близости он ни разу не смог больше довести меня до оргазма. Он обеспокоен, и я тоже. С момента нашей первой близости прошло две недели. Может, это просто там у меня внутри еще чего-нибудь не зажило? Я не испытываю к нему такое же возбуждение, как до первой близости, хотя мне очень приятны его ласки, бывают моменты, что вот-вот наступит оргазм, но - увя. Причина не в моем молодом человеке, я в этом абсолютно уверена, для него нет ничего запретного, он ласкает меня не только руками. Но когда он ласкает языком мой клитор, мне это не очень приятно (просто щекотно). Он не может понять, почему так происходит. Вот такие проблемы. Я удовлетворяю его полностью, хоть разнообразие поз у нас небольшое (из-за моих ног). Однажды он испытал оргазм (за один вечер) три раза. Говорит, что такого у него не было ни с одной его девушкой (он не скрывает свою прошлую жизнь,

и тем более - он был женат). Из-за того, что я его удовлетворяю, а он меня нет, он переживает, так как постоянно говорит о том, что он не животное (кобель), а мужчина и для него главное - доставить удовольствие своей партнерше. А сейчас получается наоборот. А я не могу притвориться и разыграть оргазм. Что нам делать? Я хочу испытывать оргазм, а также хочу, чтобы мой милый чувствовал себя удовлетворенным не только физически, но и морально. Вот и все. Извините за длинное письмо.

С уважением, Светлана

ОТВЕТ:

Светлана, Вы молодец!

А теперь разберем ситуацию. Первое - это мама, но что тут скажешь? Она не все понимает и смотрит на Вас как на своего ребенка, который имеет проблемы, но должен нести этот крест. Это общее отношение в нашем менталитете к инвалидам - «их нужно жалеть, они не такие люди!» Но как это неверно, они такие же, только с определенными проблемами. А у кого их нет? И не так эти проблемы у многих заметны, а делают их более несчастными, чем инвалида без руки.

Это одно положение, но оно, к счастью, не относится к Вам, это реакция окружения и Вашей мамы. Простите их, они не все понимают. Теперь по существу Ваших сексуальных отношений. Я Вам скажу как человек, имеющий длительную практику: Вы здесь не имеете проблем. Ваш партнер, да и Вы сами, адекватно реагируете на сексуальные отношения. Но мучает Вас тот же оценочный фактор - не испытать радость и полноту чувств проникновения, а поставить оценку и сравнить. А сравнивать Вам с чем?

Молодой человек считает, что он должен выполнить «задание» - довести женщину до оргазма. А где удовольствие от ласк и контакта? А Вы считаете, что женщина каждый раз, да еще много раз, должна испытать оргазм. Вы что, за это премию получите? А Вам разве не хорошо от Ваших ласк и тактильных ощущений?

Для чего все это? Это не работа, а удовольствие, и Вам его не занимать, судя по письму. Выбросьте из головы Ваши «задания», наслаждайтесь, а все остальное придет. У Вас все прекрасно, а проблемы надуманны.

Доктор С. Репов

ДОМАШНИЙ СЕРИАЛ: «АМО, СКОРАЯ!»

И инспекция в сумасшедшем доме выглядит совсем не так помпезно, как некоторые представляют. Просто звонят в занюханный районный психдиспансер где-то в глубине области и сообщают: у вас будет инспекция, всем присутствовать на месте. **А дурдому для полноты счастья вечно не хватает только инспекции.**

Ну что - приезжает инспектор. Из новых. Представляется. Его сопровождают к главврачу и начинают развлекать разговорами и жаловаться на трудности и нехватку всего. А он отчеты просматривает мельком и норовит поскорее перейти к обходу. Направляется в пищеблок, интересуясь стандартно: **«Как у вас с питанием?»** С питанием так себе. Он лезет в кастрюли, проверяет котловую закладку и дотошно проводит контрольное взвешивание. И начинает припахивать скандалом, потому что везде, конечно, воруют. Инспектор слушает объяснения, кивает, соглашается, но бездушно требует накладные на получение продуктов. Дотошно сравнивает цифры с наличными запасами - ничего, конечно, не сходится: масло не сходится, мясо не сходится и прочие яйца и ценные овощи-фрукты. Теперь составляем акт о недостатке. **Возникают слезы и просьбы.**

А инспектор, карающий меч закона о здравоохранении, лезет дальше и глубже, сестру-хозяйку трясет: где новое постельное белье? Халаты первого срока? Полотенца? Сестра-хозяйка мелко жмется, мекает и бумажками шелестит: нового не хватает, старое списано, но наличествует, рваные пополам простыни по ведомостям фигурируют как целые две, стиральный порошок сплыл неведомо куда - переживает сестра-хозяйка, песни о тяжелой доле поет. А негибачаемый инспектор намерен рисовать акт второй.

А за инспектором фельдшер ходит, старый змей, всему облздраву давно известный. И что тот пропустит, этот подсказывает, подзуживает: а вот, мол, еще на такой моментик мы должны внимание обратить!..

Начальство кланет вороватых и прожорливых психов. Срочно строит с вьедливым инспектором личные отношения, прибегает к обычному испытанному варианту: время, значит, уже обеденное, не угодно ли перекусить. Садятся с ними в казенную машину и везут в наиприличный ресторан, заказывают все лучшее. Причем старый змей фельдшер жрет за двоих и пьет за четверых, норовя исключительно самый дорогой коньяк. На халяву-то.

Но после обеда зараза-инспектор со свежими силами продолжает лезть во все дыры. А почему у хроников плохо пахнет? А чему ж там пахнуть - розам?.. А почему вот этому делали сульфидин, а в истории не указано? Как - не делали, а желваки на заднице отчего, от усиленного жевания по системе Йогов? Не надо, любезный, не надо мне врать! А теперь, командует, выйдите

за дверь, я один с больными побеседую, жалобы послушаю. И все, сволочь, записывает себе в журнал. А псих - он летопись бед надиктует!

Видя такую напасть, начальство отъезжает в сторонку потеплевшего фельдшера. Слушай, говорят по-тихому, ну, твой - зверь! Он что - не понимает или мир хочет перевернуть? Можно как-то решить вопросы по-человечески, нормально договориться? Облздраву, пойми, скандал тоже ни к чему. Естественно, мы останемся благодарны.

Фельдшер держится спокойно, солидно. Да, говорит, человек тяжелый. Но работать

бель таскают. Тяжелые - их кухня обкрадывает вообще беспредельно. Сестрички по-немногу наркотики прут, шофер втридорога водочку возит. Везде при желании можно откопать недостатки, и даже медицинские ошибки, и завалиться всем дружным коллективом под монастырь. И тем ухудшить показатели по области.

Этот инспектор свою службу понял туго, потому что в короткий срок обзавелся дорогим костюмом и плащом, купил квартиру и, повысив таксу на свою сговорчивость, сократил одновременно процедуру осмотра. Хорошо жил.

Только однажды при такой инспекции больной ему говорит:

- А, Витька, здорово! Отлично выглядишь! Что, опять залетел - обострение?

Инспектор говорит: позволите... Врачи, естественно, насторожились, а больной щебечет: «Так это ж Витька, мы с ним вместе на Пряжке лежали!»

Все смотрят на инспектора, и хотя извиняются, но просят показать документы. Инспектор возмущается и норовит смыться. Его задерживают и вызывают милицию.

Это было такое позорище, что областная конференция психоневрологов держалась за головы и лежала вповалку.

Бывший псих, больной, придумал способ, как жить. У него был зуб на врачей, так он решил - я вам устрою, ну держись! И стал ездить по диспансерам как инспектор. Машину одалживал у знакомого, налеплял крестик и звонил по справочнику: к вам едет инспекция. Быт диспансера он знал, а вдобавок сошелся через приятелей-психов с этим фельдшером, которого недавно выгнали с работы за вечное пьянство. Но мало кому было известно, что его выгнали. Псих-инспектор сгношил фельдшера, пообещав за сеанс хороший обед, много выпивки и еще четвертной денег, и тот согласился.

И никому в голову не пришло - звонок из Облздрава, проверяющий, и главное - при нем этот фельдшер, который всем сто лет в системе примелькался - не то что позвонить в Облздрав и перепроверить, но даже спросить какой-то документ, кроме бланка командировки с печатью, которых фельдшер через кого-то из старых друзей спер пачку впрок!

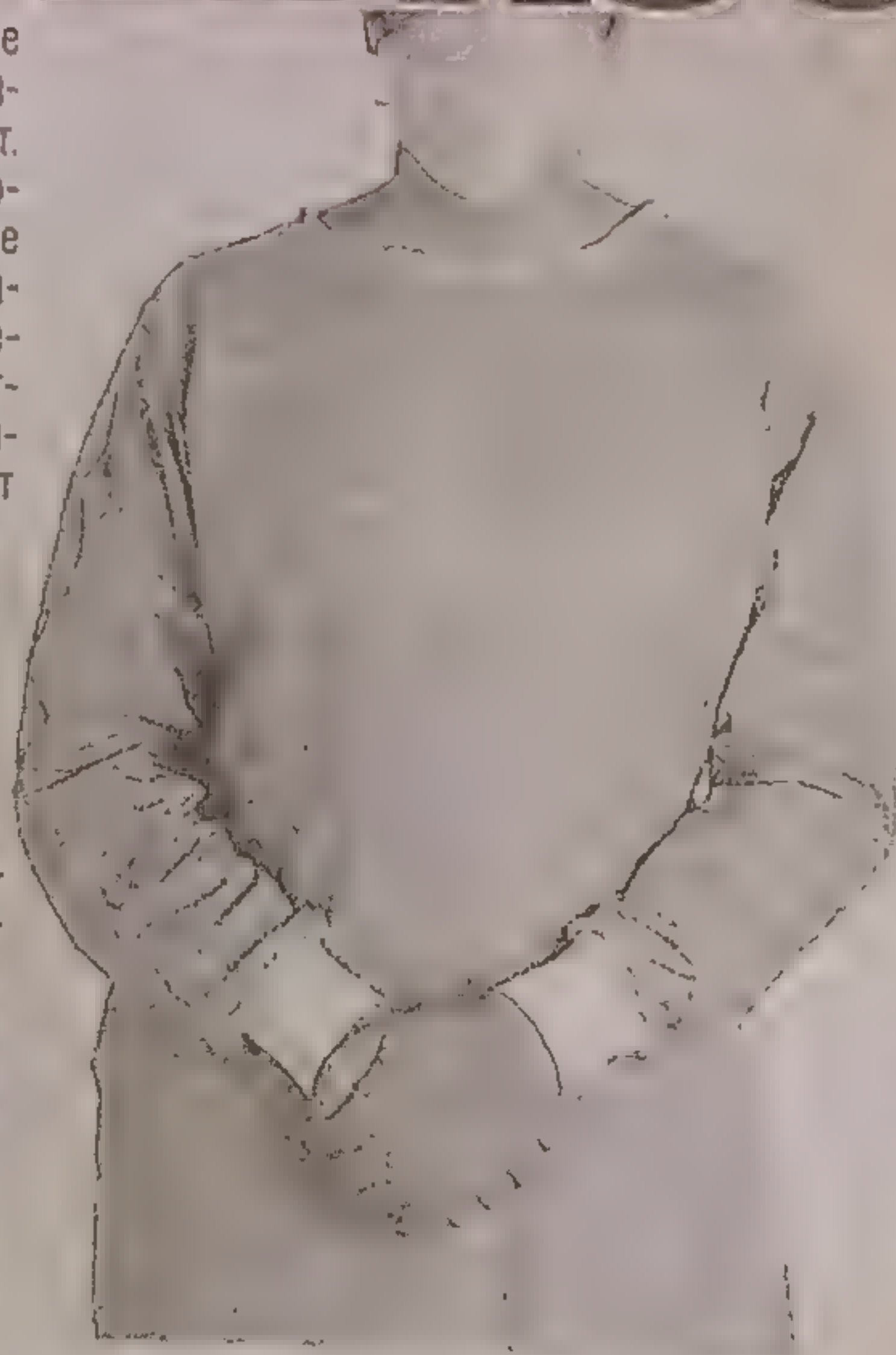
Дело заводить не стали, потому что заикаться о факте взяток за сокрытие недостатков было всем причастным сторонам не интересно. Кстати, вполне толковые у этого психа были замечания. Обед и коньяк - вы ж понимаете; как же вы даже не посмотрели, кого вы принимаете?

Так что фельдшер отделался легким испугом, а психа законопатили на пару месяцев лечиться, чтобы он не воображал себя инспектором.

Но купленная за это время квартира осталась ему.

М. Веллер

РЕВИЗОР



с ним можно. Я-то, как старый сотрудник, вас, конечно, понимаю. Если настаиваете - готов попробовать повлиять. Авось удастся... но не знаю...

Удаляется с инспектором в кабинет. Через полчаса выходит, утирая пот. Только для вас, говорит, рискую работой и, можно сказать, всем. В общем, между нами, четыре сотни, ну и презентик там... и я это дело по старой дружбе улажу...

Крякают, но какие разговоры. Тут же сбор средств, быстрогого в магазин, вручают конвертик и сверток с парой коньяка.

И это действует. Инспектор ликвидирует свои записки, после рукопожатий и взаимных уверений и добрых напутствий садится с фельдшером в свой «Москвич» с красным крестиком на лобовом стекле и отбывает восвояси.

Неплохо отделались. Кому нужно это ЧП, эта куча актов и грязь из дому? Ведь псих - он что? Он - существо безответное. Легкие - они у кого-то огород копают, кому-то ме-

ХВОСТАТЫЕ ЛЕКАРИ



Существует поверье, будто кошки лечат своих хозяев. Многие владельцы кошек могут это подтвердить. Стоит, скажем, радикулиту или простуде уложить нас в постель, как мурка тут как тут. Она укладывается на больное место и согревает не хуже компресса. Но тот вывод, которые они делают из столь заботливого поведения «хвостатых лекарей», ошибочен.

Причина их, казалось бы, вполне осознанных «лечебных процедур», повторяемых не раз и не два, кроется вовсе не в сострадании к недугу хозяина. Чтобы разобраться с этой «медицинской загадкой», вспомним об одной народной примете. При въезде в новый деревенский дом первой туда запускали кошку. Там, где она устраивалась спать, никогда не ставили кровать или лавки. А вот собака, напротив, не станет лежать в «плохом» месте. Своим примером она как бы показывает хозяину, где ему грозит опасность.

После того как ученые установили существование геопатогенных зон и наличие вредного теллурического излучения в них, кошачья ано-

малия получила объяснение. На мурок оно, очевидно, воздействует благоприятно в силу особенностей их энергетического гомеостаза. Нечто сходное происходит и с заболевшим человеком. Во всяком случае, кошки чувствуют больное место и укладываются там, поскольку получают «подпитку» для своего биоэнергетического потенциала.

Американские врачи установили, что у владельцев домашних животных больше шансов выжить после инфаркта, чем у тех, кто не держит дома ни собаки, ни кошки.

Этот феномен обсуждался на VII Международной конференции по проблемам взаимоотношений людей и животных в Женеве. Джеймс Серпелл, бывший руководитель группы исследований экологии животных в Кембриджском университете, считает, что домашние животные оказывают своего рода эмоциональную поддержку, которой порой не хватает даже в отношениях между членами одной семьи, не говоря уже об одиноких людях.

Как это ни парадоксально, пишет Серпелл, но «немота» мурок и жучек — это преимущество, а не недостаток. Тот факт, что домашние животные слушают и, кажется, понимают нас, но не задают вопросов и не делают оценок, может быть их самым приятным качеством как

компаньонов. Отношения между ними и их владельцами весьма схожи с отношениями, которые психотерапевты стремятся наладить со своими пациентами.

Однако есть и существенное различие, которое усиливает лечебное воздействие собак и кошек. К врачу пациент относится нейтрально. А вот своих домашних животных хозяева очень любят. Эта положительная эмоциональная окраска настроения человека лучше патентованных лекарств снимает стресс и вообще отрицательные эмоции. Любовь обязательно вытеснит их, поскольку стимулирует выработку «гормонов удовольствия», которые создают благоприятные условия для работы мозга. Поэтому, глядя свою любимицу, неважно — кошку или собаку, человек, сам того не замечая, принимает сеанс психологической разрядки и поддержки.

Впрочем, мы любим кошек и собак вовсе не за это, а в основном потому, что они искусны в оказании нам бессловесных знаков внимания. Мурки и жучки дают нам возможность почувствовать, что нас уважают, нами восхищаются, что мы кому-то нужны. Словом, возбуждают положительные эмоции, необходимые для здоровья нашей психики.

С. Молова



Количество фальсифицированных лекарственных препаратов возросло многократно. Подделывают и дорогие, и дешевые лекарства. Как обезопасить себя от поддельных медикаментов?
Рассказывает генеральный директор АООТ «Фармация» г. Шахты Ростовской области Тамара Антоновна Буланцева.

ЧТО ПОДДЕЛЫВАЮТ

Первой выявленной подделкой на российском фармацевтическом рынке был кровезаменитель реополиглюкин производства Красноярского фармацевтического завода. Произошло это в 1997 году. С тех пор количество фальсифицированных лекарств возросло многократно и сейчас исчисляется сотнями. Согласно недавнему заявлению замминистра здравоохранения России Антона Катлинского, каждый тридцатый медикамент, продающийся в наших аптеках, - подделка. Но это официальные данные. По неофициальным же, фальсифицировано до 30% всей фармацевтической продукции.

Подделывают и дорогие, и дешевые препараты. Чаще всего это известные медикаменты с выраженными лечебными свойствами. Наибольшее количество фальшивок замечено среди антибиотиков, что особенно опасно. Ведь подобные препараты принимают при серьезных заболеваниях, нередко, когда возникает реальная угроза для жизни пациента.

67% подделок - продукция отечественной фармацевтической промышленности, 31% - зарубежного производства, 2% - прибывают к нам из стран СНГ. Среди российских производителей подделкой лекарств особо «отличился» Брынцалов. Антон Катлинский сообщил на пресс-конференции, что на предприятиях крупнейшего отечественного фармацевтического магната фальсифицировались препараты рулид и

ноотропил. Кстати, это не первое обвинение в адрес Брынцалова. С 1998 г. датская компания «Ново Нордиск» пытается добиться, чтобы его предприятия прекратили выпуск и продажу инсулина, не соответствующего стандартам качества этой фирмы, под маркой «Ново Нордиск». В Волгограде более 1000 больных диабетом были госпитализированы из-за осложнений, развившихся в связи с применением фальсифицированного инсулина.

Крупнейшие поставщики импортных подделок - Китай, Индия, Пакистан, Чехия, Польша, Болгария, Латвия.

КАК ПОДДЕЛЫВАЮТ ГЛАВНЫХ ПРИЕМОВ ПОДДЕЛКИ ЛЕКАРСТВ - ЧЕТЫРЕ.

«Лекарства-пустышки»

В них чаще всего вообще отсутствует лекарственная основа. Кстати, это не значит, что они не лечат. До-

оно не дает ожидаемого эффекта. Представители Pliva купили в нескольких аптеках свой медикамент и отправили в Загреб, в лабораторию. Проверка показала, что в капсулах отсутствует активное вещество.

«Лекарства-имитаторы»

Действующее вещество в них обычно заменено на более дешевое и менее эффективное. Это самая опасная подделка: нет гарантий, что замена не окажется в вашем случае смертельно опасной. Пример? Пожалуйста. Шампунь под названием Nisaril - двойник известного Nizoral бельгийской фармацевтической компании Janssen Pharmaceutica, но произведенный в Белоруссии неким Минским ПК ООО «Белкосмекс». Похожи не только название и предназначение, но и этикетки - ромб с капельками в центре, а также четырехцветный, от белого до коричневого, фон.

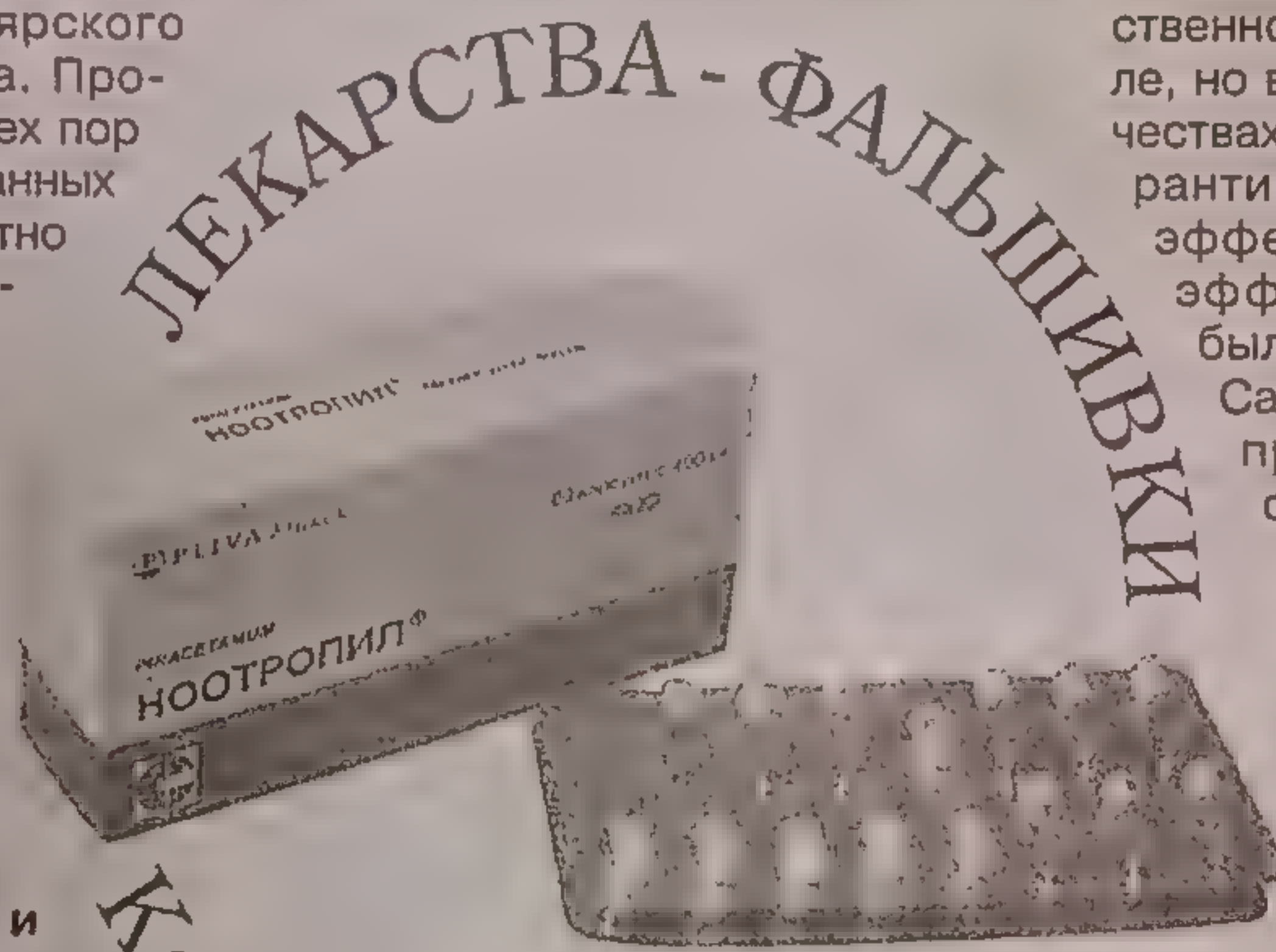
«Измененные лекарства»

В них содержится то же лекарственное вещество, что и в оригинале, но в больших или меньших количествах. Это тоже опасно. Вам не гарантируются ни терапевтический эффект, ни отсутствие побочных эффектов. Подобная подделка была обнаружена не так давно в Санкт-Петербурге. Один предприниматель организовал у себя на складе подпольное производство антисептика хлоргексидина. Лечебная основа в нем имела, но только в гораздо большем количестве, чем это необходимо. А ведь хлоргексидин очень сильный антисептик. Его передозировка грозит серьезными последствиями.

ПОЧЕМУ ПОДДЕЛЫВАЮТ

Причин много. Но, пожалуй, самая главная заключается в том, что фальсификация лекарств - очень выгодный бизнес. По мнению экспертов, по прибыльности он стоит на третьем месте после продажи наркотиков и оружия.

Вторая причина связана с тем, что за подделку лекарств у нас в законодательстве, по сути, не предусмотрено уголовной ответственности. В Федеральном законе нет даже термина «фальсифицированные лекарственные средства». Правда, в скором времени все может измениться. Уже готовится законопроект, по которому за подделку лекарств будут давать до 8 лет тюрьмы, как это делают, например, в Германии.



Как защитить себя?

казано, что на некоторых людей плацебо - именно так «лекарства-пустышки» называют медики - действуют ничуть не хуже настоящих медикаментов. Теоретически их употребление не опасно. Хотя, если при сердечном приступе принять «пустышку» вместо, например, нитроглицерина, все может закончиться плачевно. Самый известный пример «лекарства-пустышки» связан с антибиотиком сумамедом хорватской компании Pliva. Несколько лет назад эта компания начала экспортировать лекарство в Россию. Через некоторое время врачи стали жаловаться, что

Фальсификаторам лекарств на Руси разный уровень цен на одни и те же лекарства. Но главная проблема даже не в этом. Существует такое понятие, как «лекарства-синонимы». Это одни и те же препараты, но с разными названиями. Например, лекарствами-синонимами являются ацикловир, герперакс и зовиракс или нош-па, дротаверин и спазмол. Так вот, цены на них могут различаться в сотни раз!

И, наконец, посредники. Их у нас значительно больше, чем, скажем, в странах Западной Европы. Закупкой и распространением лекарств по России занимаются 2500 дистрибьюторов, в Германии - 10, а во Франции - всего 4.

КАК ОТЛИЧИТЬ ПОДДЕЛКУ

Фальшивки ни по упаковкам, ни по внешнему виду ничем не отличаются от подлинных препаратов. Штрих-код, серия и дата выпуска, голограмма на упаковке вызывают полное покупательское доверие. Но тем не менее, перед вами может быть самая настоящая подделка. Отличить ее можно только с помощью химико-фармацевтического анализа. Для этого в 69 регионах России работают более 80 специализированных лабораторий.

Но все-таки большинство подделок выполнены не на столь высоком уровне, и отличить их можно простому покупателю. Достаточно внимательно рассмотреть предлагаемое вам лекарство и сопроводительные документы. **Бывает, что они сделаны неаккуратно. Плохое полиграфическое оформление, нечеткая гравировка логотипа, шероховатая вместо глянцевой пачка, инструкция с ошибками, отсутствие указания срока годности, не соответствующий указанной на пачке стране-изготовителю штрих-код.**

ЕЩЕ ОДНО ПРАВИЛО. Несмотря на то, что амплитуда колебания цен на отечественном рынке достигает впечатляющего размаха, и она имеет ограничение. Рынок не может позволить себе в два раза снизить цену. Так что, если вам предлагают очень дешевый препарат, надо не радоваться, а проходить мимо. Ни в коем случае не приобретайте лекарства на улице. Больше всего шансов купить фальшивку в аптечных киосках.

КОГДА ПОДДЕЛКИ ПОЛЕЗНЫ

Не так давно в Претории, столице Южно-Африканской Республики, Верховный суд рассматривал иск 39 крупнейших фармацевтических компаний

мира к правительству страны. Поводом для беспрецедентного процесса стал закон, подписанный Нельсоном Манделой в бытность его президентом ЮАР. Документ этот не только предписывает государству активно вмешиваться в ценовую политику на рынке лекарств, но и создает правовую основу для легального выпуска медикаментов без лицензии. По сути, Мандела президентской властью разрешил местным фармацевтам копировать продукцию известных фирм. Право на жизнь, записанное в конституции, стоит выше международных законов о защите патентов, считают сторонники закона. Ситуация в ЮАР поистине катастрофическая.

К 2015 году от СПИДа должны умереть 10,5 миллиона южноафриканцев. Лекарства, которые могут их спасти, существуют. Они производятся в США и Западной Европе. Но самый дешевый курс лечения стоит минимум 900 долларов в месяц. ЮАР пошла по пути Бразилии, где власти санкционировали нелегальное копирование препаратов против СПИДа, в результате чего уровень заболеваемости «чумой XX века» за считанные годы сократился наполовину. Хорошо это или плохо? Вот в чем вопрос.

Можно ли в наше время отравиться хлебом? Станный вопрос. Мы с детства как-то привыкли считать, что никакого вреда от этого продукта нет и быть не может. Так-то оно так, но изредка приходится слышать о том, что где-то кто-то, вкусив хлебобулочного изделия, оказался на больничной койке. Так что же происходит в этом случае? Этот вопрос и привел меня в управление по защите прав потребителя, где я обратился к... нет-нет, фамилий и имени я называть не стану. Пообещал. Есть, знаете ли, представители некоторых профессий, которым реклама совершенно ни к чему. Назову мою собеседницу условно Тамара Игнатьевна.

- Так что же получается, мы не всегда безнаказанно едим хлеб?
- Увы. Случается. И не так уж редко. Недавно в одном из городов России батонами «Красносельский» отравились сразу две семьи.



БОЙТЕСЬ БАТОНОВ ИЗ ЧАСТНЫХ ПЕКАРЕН

Естественно, изготовители оправдывались при разбирательстве, что, дескать, мука была заражена картофельной палочкой. Но людям от этого не легче.

- Каковы же симптомы такого отравления?

- Симптомы стандартные: боль в желудке и кишечнике, сильное расстройство, рвота. Особенно тяжело перенесли заболевание дети.

- Как отличить «заболевшую» буханку от «здоровой»?

- Если хлеб сделан из больной

муки, он уже через сутки приобретает специфический кисловатый запах, мякиш становится липким и тягучим. Другое проявление картофельной болезни - заплесневение батона. И представьте, что во всех случаях грешит заболеванием хлеб из частных пекарен.

- А отличить как-то можно?

- «Частный» батон обязательно будет легче по весу, гораздо мягче государственного. В то же время у него больший объем, это достигается добавлением разных улучши-



телей и разрыхлителей. Цвет корки у такого хлеба бледный, пористость крупная, а мякиш крошащийся. Дело в том, что этот продукт част-

ники делают по ускоренной технологии: в мини-пекарне опара замешивается на полтора часа, в то время как на заводах (как, в сущности, и положено) на четыре. Поэтому частный быстро плесневевает.

- А если плесень просто срезать?

- Ни в коем случае. Споры плесени пронизывают хлеб мгновенно. Но заметить картофельную болезнь можно лишь попробовав хлеб.

- По внешнему виду понять невозможно?

- Практически нет.

- Болеют батоны только картофельной палочкой?

- Есть еще фузариоз, болезнь, которую называют растительным СПИДом. Попав в организм человека, этот яд полностью парализует его иммунную систему.

- Обнаружить можно?

- Только в пшенице. Когда в ней имеются розовые зерна.

- Качество выпечки в пекарнях строго контролируется?

- Как вам сказать... Есть еще одна беда, но об этом знают немногие. Когда хлебный бизнес начал набирать обороты, некоторые машиностроительные заводы стали изготавливать для мини-мельниц вальцовые станки. Так вот, металл в этих станках по твердости уступал даже зернам пшеницы. Естественно, что металл стал попадать в муку, а затем и в желудок едока, ну а потом — гастрит, язва.

- Извлечь металл из организма возможно?

- Да ни один врач даже не определяет, что в болезни вашей виноват хлеб.

Беседовал
Валерий Веселов.

«Хороши» зеленые бутылки?

В одном из окраинных районов города стайка пацанят и девчонок лет 12-13, собравшись в подвале частного дома, развела костер и набросала в него десятка три пластиковых бутылок... Хорошо, что хоть «скорая» успела вовремя, хотя детвору пришлось откачивать.

- Накайфовались, - горестно констатировал врач.

- «Глюков» наловили, - подтвердил милиционер.

Нет смысла приводить весь диалог, но разобравшее меня чисто журналистское любопытство толкнуло вашего покорного слугу к специалистам-химикам с вопросом, что же там, собственно, в этой бутылке?

Ответ меня мало утешил. Мне рассказали о химическом соединении, именуемом поливинилхлорид (ПВХ), который, если его поджечь, выделяет некий ядовитый продукт; с помощью его и можно заполучить искомый кайф с глюками. Однако этим проблема не исчерпывается. Есть, как оказалось, вещи посерьезней — вредный поливинилхлорид переходит из бутылок непосредственно в их содержимое. В алкогольные напитки, например, винилхлорид переходит из тары в количестве 20 мг на килограмм. Скорость миграции зависит от времени хранения про-

дукта (проще говоря, не стоит наливать самогон в пластиковые бутылки). В воде винилхлорид обнаруживается через 40 дней. Переходит ПВХ в пиво, 3%-ную уксусную кислоту, арахисовое масло, апельсиновое пюре и коньяк. При этом срок хранения продуктов в ПВХ-таре составляет от одной недели до 12 месяцев.

Во многих странах под давлением общественности и партии «зеленых» производители продуктов отказываются от поливинилхлоридовых упаковок, находят альтернативные материалы. Однако на прилавках наших магазинов встречаются товары, упакованные в ПВХ.

Теперь вернемся к тому, с чего начали, к угоревшим детям. Итак, при горении ПВХ выделяет огромное количество диоксинов. По токсичности они в сотни раз превышают синильную кислоту, цианистый калий, яд кураре.

Кроме того, диоксины воздействуют на иммунную систему, вызывая гормональные нарушения.



**ВПОЛНЕ ВЕРОЯТНО,
ЧТО ЧИТАТЕЛЬ ЗАДАЕТ
КОНКРЕТНЫЙ ВОПРОС,
А КАК ЖЕ ОТЛИЧИТЬ БУТЫЛКУ
ИЗ ПВХ ОТ ДРУГИХ?**

А вот как:

- такая бутылка имеет синеватый оттенок;
- на дне ее могут быть синеватые наплывы;
- при легком сгибании бутылки на ней появляются белые полосы.

Ну вот, что знал, рассказал. А уж вы думайте сами — решайте сами...».

Подготовил Валерий Веселов.

ВЕЛИКОЕ ПРОТИВОСТОЯНИЕ

Буквально с середины февраля активизируется неформальное общение людей. Это хороший период для людей, занятых творческой или интеллектуальной деятельностью, поскольку атмосфера вокруг буквально будет насыщена новыми идеями, а ум будет гибок и изощрен. Можно попытаться возобновить зашедшие в тупик переговоры или взаимоотношения. Но вот слишком полагаться на договоренности, как бы эмоционально и клятвенно вас в них ни заверяли, — не стоит. В это время у людей несколько размыта оценка реальности, в том числе и собственных сил. Общения хоть и будет достаточно много, но оно, скорее всего, будет очень хаотичным и слишком разнообразным. У многих людей в этот период проснется повышенное стремление зарабатывания денег. Чувства к ближнему

своему могут быть отодвинуты на задний план или даже использоваться для получения материальных благ. Естественно, все это не скажется позитивным образом в сфере любовных отношений. Как правило, подобные периоды отмечены большим количеством размолвок или даже разводов, ведущей причиной которых являются те же самые деньги. Но такой пристальный интерес к материальной сфере не означает, что деньги к нам сами посыплются. Деньги, приходящие в такое время, любят, чтобы их завоевывали тяжелым и кропотливым трудом, что нам с вами, вероятно, и придется ощутить. Впрочем, у нас есть надежда, что разумные люди все же предпочтут не играть в игры «любовь — деньги», а постараются спокойно переждать этот период.

Еще в феврале всем нам предстоит пережить довольно значимое событие: противостояние Марса и Плутона к Сатурну. К

сожалению, такое положение планет не предрасполагает к спокойствию. В бытовом плане возрастает конфликтность, а у некоторых людей — агрессивность, причем наблюдается тенденция видеть многое только в «черно-белых» красках. В более крупном масштабе — серьезно повышена вероятность вооруженных конфликтов, вплоть до открытых военных действий между государствами. Аспекты планет таковы, что в подобном случае вооруженный конфликт может затянуться и маловероятно, что принесет удовлетворение хоть одной из воюющих сторон. Впрочем, есть еще шанс на дипломатическое разрешение ситуации, хотя этот аспект планетарного влияния не столь силен, поэтому под вопросом: будет ли использован этот шанс.

ПРОГНОЗ ПО ЧИСЛАМ

15 — Сегодня многие люди проявят большую активность, особенно в плане развлечений и общения с друзьями. В денежных делах необходим строгий самоконтроль, поскольку вероятны излишние траты. Страдающим сердечно-сосудистыми заболеваниями необходим щадящий режим.

16 — Самое лучшее время для того, чтобы навести порядок как дома, так и на рабочем столе. Следите за продуктами, которые употребляете, точнее за их качеством: в ближайшие 3 дня повышается вероятность пищевого отравления или расстройства кишечника.

17 — Благоприятный день для визита к врачу. Время, потраченное на здоровье, окупится впоследствии сторицей. Полезны также лечебно-профилактические диеты, хорошо употреблять продукты, улучшающие работу кишечника. Сегодня и завтра неплохие дни для покупок, однако будьте осторожны: возрастет количество карманных краж и надувательств.

18 — Сегодня затруднено взаимоотношение между людьми. Поэтому лучше заняться рутинными делами, перенести важные переговоры хотя бы на один день.

19 — Для большинства людей ближайшие 2 дня пройдут спокойно и приятно. Появится возможность уладить спорные вопросы, сгладить «острые углы» в отно-

шениях. Резко возрастет интерес к противоположному полу.

20 — Очень благоприятное время для обновления гардероба, приобретения украшений и предметов искусства. Стрижка волос в этот день хорошо оздоровит их, но волосы будут отрастать не очень быстро. Если же хочется, чтобы они быстрее отрасли, лучше подравнять кончики волос 7-9 марта.

21 — Ближайшие 2 дня предвещают эмоциональный накал и повышенную нервозность. Стоит это учесть в общении с близкими, особенно с противоположным полом: даже нейтральные, казалось бы, слова могут вызвать бурную эмоциональную реакцию. Не стоит заключать браки и подписывать договоры. Но все же день хорош для воплощения чего-то нового в жизнь. Удачны поездки.

22 — В плане здоровья поберегите носоглотку и органы малого таза — операции в этой области сегодня противопоказаны. Можно лечить и удалять зубы.

23 — Небольшая нервозность сегодня еще сохраняется, хотя она уже не столь ощутима. Зато люди более коммуникабельны и легки на подъем, поездки удаются, особенно хорошо пройдет дружеский пикник на природе или прогулка.

24 — Если вы оказались в сложной ситуации, не торопитесь разрубить запутан-

ный узел разом: через пару дней вы уже сможете взглянуть на все иначе и принять трезвое решение.

25 — Очень благоприятно дать своему организму физическую нагрузку, можно посетить баню или сауну. Многих почему-то будет тянуть к отстаиванию чужих интересов, но не делайте это по собственной инициативе, потому что можете оказаться в неловкой ситуации. Очень полезно будет посетить храм, особенно если душой вас туда потянуло.

26 — Предстоящая пара дней многих озаботит серьезными делами, некоторые даже могут ощутить прилив пессимистического настроения, но это быстро пройдет. Гоните от себя мрачные мысли, займитесь чисто бытовыми или рутинными делами, особенно теми, что требуют скрупулезности и педантичности, и вы с пользой для себя проведете это время.

27 — Хороший день для контактов, общения с противоположным полом. Причем звезды поддержат вас, если это общение будет утонченным — галантным, наполненным вниманием и заботой друг о друге. Хороший день для зачатия.

28 — День творческой активности и в то же время некоторой нервозности и беспокойства. Людей тянет общаться, новые идеи и веяния буквально витают в воздухе. А вот рутинная работа как раз и не клеится — ее лучше отложить.

Звездочет Вера

ПОЛЕЗНАЯ СТРАНИЧКА

КОНКУРС ДЛЯ ПОДПИСЧИКОВ

Условия

Участвуют читатели газеты, подписавшиеся не менее чем на 6 месяцев.

1. Необходимо собрать отрывные талоны газет с №1 по №6 за 2002 год (итого 6 штук)

2. Заполнить произвольно клеточки



3. В №6 будет опубликован особый купон, в который необходимо в произвольном порядке наклеить все отрывные талоны и выслать в редакцию по адресу: 83087, г. Донецк, а/я 2314, (в России - 111141, г. Москва, а/я 473, Краснобельмова Н.Б.), вместе с копией квитанции о подписке.

4. Победители будут награждены призами: «ЛЮСТРАМИ ЧИЖЕВСКОГО».

5. Призовой купон первого этапа конкурса (участвуют номера с 1-го по 6-й) будет опубликован в номере 8 за 2003 г.

Для подписчиков, не получивших призы, розыгрыш продолжится, но участвовать уже будут талоны газет с №7 по №12 за 2003 г. Читатели, имеющие годовую подписку, будут участвовать в розыгрыше до конца года (т.е. 4 раза), полугодовую - в том полугодии, на которое оформлена подписка, - 2 раза. Удачи Вам.

Редакция

ОТРЫВНОЙ
ТАЛОН

№ 2			
-----	--	--	--

Сейчас мы публикуем призовой купон четвертого этапа конкурса подписчиков за 2002 г. (участвуют номера с 19-го по 24-й).

Итоги конкурса и список победителей будут опубликованы в № 4.

ИГРАЙТЕ И
ВЫИГРЫВАЙТЕ
ВМЕСТЕ
С НАМИ!

ПРИЗОВОЙ КУПОН

4-й этап 2002 г.

№ 19	X	X	O
№ 22	O	O	X
№ 23	O	X	X
№ 21	O	X	O
№ 20	X	O	X
№ 24	O	X	X

ПАРОЛЬ "НАСТРОЙ НА ВЫЗДОРОВЛЕНИЕ"

Дата рождения	Имя
Пароль	

ПАРОЛЬ "СНИЖЕНИЕ ИЗБЫТОЧНОГО ВЕСА"

Дата рождения	Имя
Пароль	

ПАРОЛЬ "ДЛЯ ЖЕЛАЮЩИХ БРОСИТЬ ПИТЬ"

Дата рождения	Имя
Пароль	

ПАРОЛЬ "ПИШОВЪ"

Дата рождения	Имя
Пароль	

ПАРОЛЬ "ДЛЯ СЕМЬИ ПЬЮЩЕГО"

Дата рождения	Имя
Пароль	

ПАРОЛЬ "НА ДЕНЬГИ"

Дата рождения	Имя
Пароль	

Слова-пароли - это фактор поддержки своего психометрического кредо в момент преодоления тех или иных препятствий в достижении успехов при движении к желанной цели.

Чтобы заработал пароль, он должен быть индивидуален и его лучше четко астрологически и энергетически определить.

Мы можем помочь Вам в этом, если Вы вырежете вышеприведенный купон и вышлите на наш адрес вместе с почтовым переводом на 5 гривень за каждый пароль (в случае заказа 3-х паролей стоимость составит 12 грн., 6-ти - 22 грн.).

Для России: стоимость услуги - 25 руб. за каждый пароль (в случае заказа 3-х паролей стоимость составит 60 руб., 6-ти - 110 руб.).

Льготы для подписчиков газеты: в Украине стоимость услуги 2 грн. за каждый пароль (в случае заказа 3-х паролей стоимость составит 5 грн., 6-ти - 10 грн.). В России 15 руб. за каждый пароль, или 25 руб. - за 3 пароля и 48 руб. за 6 паролей. Только не забудьте выслать также копию квитанции о подписке.

Деньги переводить по адресу:

В Украине: 83087, Донецк, а/я 2314, Колесник Ксении Станиславовны

В России: 111141, г. Москва, а/я 473, Краснобельмовой Нине Борисовне

В конверт не забудьте вложить конверт с обратным адресом

Помните! Что Ваше личное благополучие находится только в Ваших руках и, используя наши советы, достичь его не составляет особого труда!

КОНСУЛЬТИРУЕТ СПЕЦИАЛИСТ

Не могу забеременеть в течении 2 лет. Еще не обследовалась насчет причины. В любом случае не хочу принимать никакую «химию». Может ли помочь гомеопатия, если мне поставят диагноз «бесплодие по причине...»? Какая должна быть причина бесплодия, что гомеопатия не поможет?

Дина

Гомеопатия вряд ли поможет при органической непроходимости маточных труб. Обследуйтесь.

Мой сын 2,7 года, просится на горшок, посидит, ничего не делает, а накакает все равно в штаны. Стул оформленный, где-то 3 раза в неделю. Врач с наших слов поставил диагноз «неврозоподобный энкопрез». Прав ли он?

Рекомендовать какое-то средство не могу, могу лишь предположить, что гомеопатия в этом случае будет более эффективна, чем академическая медицина. Найдите квалифицированного гомеопата. Проблема, по-видимому, вполне разрешима.

Здравствуйте! Я принимала лекарство от мастопатии под названием «Мастодинон». Буквально после 3 приемов у меня начинает жутко болеть голова. Как только заканчиваю, голова проходит, но не сразу, а через какое-то время! А лечить ведь надо! Почему происходит такое? Сейчас принимаю «Эдос 127» — пока результаты положительные. Спасибо за ответ.

Марина

При подобных реакциях нужно прекратить прием препарата, что Вы и сделали. Вы среагировали на какой-то из компонентов комплексного средства.

КОНСУЛЬТАЦИЯ С ЭКСПЕРТОМ ПО ГОМЕОПАТИИ

Можно ли с помощью гомеопатии вылечить аутоиммунный тиреоидит, узловая форма? Врач-гомеопат сказал мне, что не лечится. Елена Викторовна

Вылечить можно. Предварительно нужно обследование у эндокринолога, включая УЗИ, определение уровня гормонов в крови. Если срочности в операции нет — есть смысл обратиться к гомеопату.

Не могли бы вы помочь с приобретением веха ядовитого для лечения простатита? Спасибо!

Ольга Кайгородцева

Увы, выполнение данной просьбы вне моей компетенции.

Гомеопатические препараты и травы вещи разные.



Излечивает ли гомеопатия такую хроническую болезнь, как иктиоз, учитывая, что она передается по наследству? Irina

Облегчение, по-видимому, возможно, излечение — не уверен.

Возможно ли вылечить описторхоз гомеопатическими средствами? Сколько потребуется на это времени?

Анна

Можно вылечить предрасположенность, при этом улучшится общее самочувствие, а через некоторое время уйдут и паразиты.

Хотела узнать, какими гомеопатическими препаратами можно лечить диффузный зоб 2-3 степени. Мне 19 лет.

Ирина

Ваша ситуация вполне разрешима при участии врача-гомеопата, самостоятельно я бы не советовал Вам лечиться гомеопатией, она небезвредна и может быть эффективно применена лишь со знанием и умением.

В Украине: рег. уд. КВ 2847 от 3.10.97

Учредитель и главный редактор КОСТАНДА С. Я.

В России: рег. № 018633 от 25.03.99

Учредитель Мозжухина А. Н.

Издатель и редактор: Краснобельмова Н. Б.
111141, г. Москва а/я 473

E-mail: kostanda@mail.ru; iskra_ua@yahoo.com

<http://www.zona.com.ua/www/index.htm>

Главный редактор КОСТАНДА С. Я.

Отпечатано в "Типографии Михайлова"

Тел. (0-95) 787-94-14 г. Смоленск

Тираж 19500 экз. Общий тираж 23000 экз.

Мнение авторов может не совпадать с мнением редакции. Перепечатка статей — с разрешения редакции.

Рукописи не возвращаются. Просьба: не использовать газету в хозяйственных целях.

Если она вам не нужна, подарите ее друзьям или соседям.

№ 4

март 2003 г.

Медицина. Альтернативный подход

САМО ИЩЕЛЕНИЕ ДА ДОЛГОЛЕТИЕ

Основана в 1994 году, выходит 2 раза в месяц

Подписной индекс:

для Украины 41332

для России 25593

99243, 15602



РАСТЕТ ЧИСЛО СЛУЧАЕВ
«ДЕТСКОГО» РАКА

УМЯ
ДЕМОНА

РОЖА

СНЕЖНЫЙ
МАЛЬЧИК
ОТВЕЧАЕТ
НА ВОПРОСЫ
ЧИТАТЕЛЕЙ

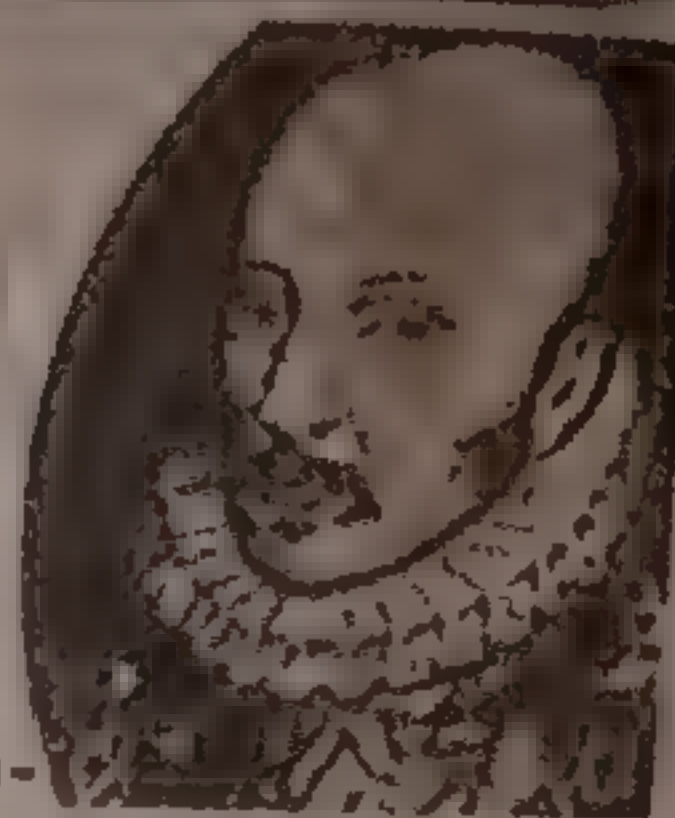
МИКОПЛАЗМА
КАК КРУПНАЯ ГАДОСТЬ
ПЖИВАЯ РЕКЛАМА

НОВИНКА
ПРЕЗЕРВАТИВ
В ШОКОЛАДЕ

**№ 4 (МАРТ)
2003 ГОД
В НОМЕРЕ:**

Цинк необходим мужчинам	3
Быть жуликом станет сложнее	4
И в мире новом друг друга они не узнали	5
Вначале было Слово.....	6
Аура любви	7
Залмановские ванны	8
Лечение простудных заболеваний	10
Сбор для лечения гипертонической болезни	12
Рожистое воспаление кожи	14
Контактная коррекция зрения ...	16
Другие придут, сменив уют на риск.....	18
Вскрытие показало.....	19
Рекламный кафтан с чужого плеча	20
Куры в красном свете	22
Чертополох тоже неплох	23
Магия и прогнозирование заболеваний	24
Хламидии: удар по суставам	26
Туманности, неопределенности	27
Пластическая хирургия	28
Лучшее лекарство - обходиться без него!.....	29
Ни встать, ни сесть.....	30
Полезная страничка	31
Летай голым	32

Мои сомнения



Здоровье - это драгоценность, и притом единственная, ради которой действительно стоит не только не жалеть времени, сил, трудов и всяких благ, но и пожертвовать ради него частицей самой жизни, поскольку жизнь без него становится нестерпимой и унижительной.

Без здоровья меркнут и гибнут радость, мудрость, знания и добродетели. Всякий путь, ведущий к здоровью, я не решился бы назвать ни чересчур трудным, ни слишком дорого стоящим.

Но у меня есть кой-какие другие соображения, побуждающие меня относиться весьма недоверчиво к товару, который нам хочет всучить медицина.

Я вовсе не утверждаю, что не существует никакого врачебного искусства. Я не отрицаю пользы, извлекаемой нами из богатств природы, и не сомневаюсь ни в ее могуществе, ни в том, что мы имеем полную возможность применить ее средства для наших целей. Но я не верю в измышления нашего разума, нашей науки и искусства, в которых мы не знаем ни границ, ни меры и в угоду которым поступились природой и ее предписаниями. В медицине я глубоко чтю ее славное название, цели, которые она ставит, и те столь полезные вещи, которые она сулит человечеству, но у меня нет ни почтения, ни доверия к тому, что слывет у нас медициной.

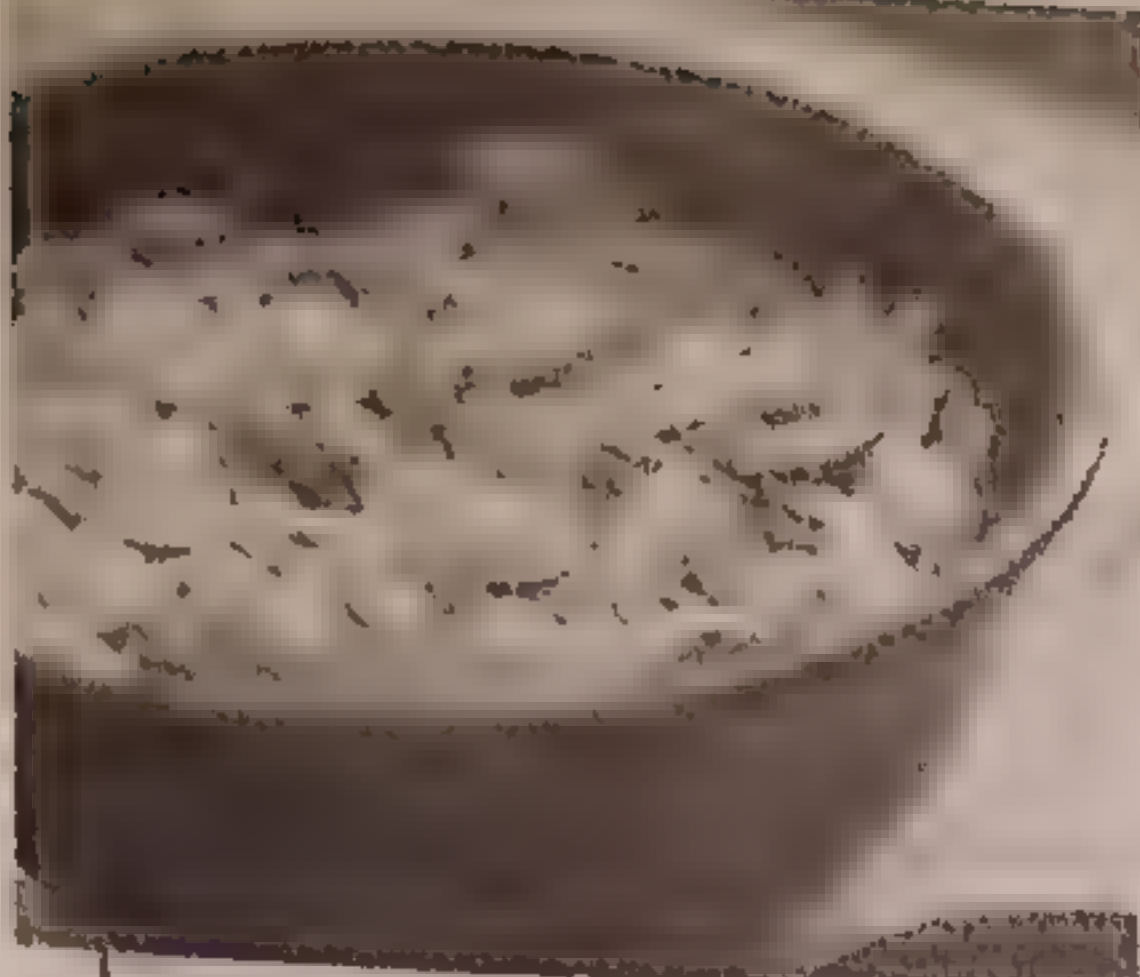
Прежде всего опыт повелевает мне опасаться медицины, ибо на основании всего того, что мне приходилось наблюдать, я не знаю ни одного разряда людей, который так рано заболел бы и так поздно излечивался, как тот, что находится под врачебным присмотром. Болезни следует смягчать и излечивать разумным образом жизни; напряженная борьба между лекарством и болезнью всегда причиняет вред, так как эта схватка происходит в нашем организме. Мы можем до хрипоты понукать нашу болезнь, это ни на йоту не подвинет нас вперед. Таков неумолимый ход вещей в природе. Наши страхи, наше отчаяние не ускоряют, а лишь задерживают помощь природы. Болезнь должна иметь свои сроки, как и здоровье. Будем следовать ей, ради бога, будем подчиняться. Она ведет тех, кто следует за ней, тех же, кто сопротивляется, она тащит силком вместе с их безумием и лекарствами. Прочистите лучше мозги: это будет полезнее, чем прочистить желудок.

Некий незадачливый борец заделался врачом. «Вот здорово!» - сказал ему пациент. - Ты прав; теперь ты будешь загонять в гроб тех, кто раньше клал тебя на обе лопатки».

Счастье врачей в том, что их удачи у всех на виду, а ошибки скрыты под землей. Если бы в тех случаях, когда врачи ошибаются, мы могли быть уверены, что их назначения, не помогая нам, по крайней мере, не приносят нам вреда, нас утешала бы мысль, что, стремясь к лучшему, мы, по крайней мере, ничем не рискуем.

Мишель
Монтень,
1580 г.





ЦИНК НЕОБХОДИМ МУЖЧИНАМ

Многие макро- и микроэлементы, такие как йод, железо, медь и др., жизненно необходимы человеку. Что касается цинка, то мужчинам его требуется в шесть раз больше, чем женщинам. Если в организме новорожденного мальчика цинка не хватает, то ребенок может даже умереть. Этот элемент крайне необходим подросткам, страдающим от угрей, жирной перхоти, себореи.

Наиболее богаты цинком семечки, особенно тыквенные. Их нужно принимать по 1-1,5 стакана в день (нежареные). Тыквенные семечки дают эффект и при таких заболеваниях, как простатит и аденома предстательной железы.

РАСТЕТ ЧИСЛО СЛУЧАЕВ «ДЕТСКОГО» РАКА

Факторы окружающей среды могут быть повинны в росте числа случаев раковых заболеваний среди детей, считают специалисты.

Группа ученых Департамента педиатрической онкологии Университета Манчестера оценила уровни заболеваемости детским раком в период с 1954-го по 1998 год. Результаты показали, что частота случаев опухолей головного мозга и острых лимфобластных лейкозов (наиболее часто встречающихся у детей онкологических заболеваний) за последние 45 лет значительно возросла. Число больных лейкозом выросло более чем на треть, количество опухолей мозга увеличилось на 36%.

Одно из предположений медиков по этому поводу состоит в том, что лейкозы могут развиваться как результат какой-либо часто встречающейся инфекции или как следствие особенностей современной жизни.

Увеличившееся число опухолей головного мозга представляет загадку для ученых. Возможно, это увеличение - результат прогресса диагностики.

Среди факторов окружающей среды, потенциально повинных в росте числа случаев детского рака, ученые называют диету, уровень радиоактивности и химическое загрязнение воздуха.

Именно таким вот забавным образом кондитер из Италии решил бороться с серьезнейшей проблемой. Статистика просто удручающая. В прошедшем году в Украине зарегистрировано до 200 тыс. абортов среди несовершеннолетних.

Причина банальна: большинство опрошенных юнцов признались, что просто стеснялись предложить партнеру воспользоваться презервативом.

Предприимчивый кондитер, упаковав изделие в шоколадный шар, сотворил нечто напоминающее всем знакомый киндер-сюрприз. Идея пришла по душе молодежи в Италии, Германии, Нидерландах... В дискотеках и в тех местах, где тусуется молодежь, шоколадные шары идут нарасхват.

Коммерческий успех окрылил кондитера. Деньги он отправляет в НИИ, занимающихся исследованиями вируса СПИДа.

ПРЕЗЕРВАТИВ В ШОКОЛАДЕ

Католическая церковь, весьма неодобрительно относящаяся к применению противозачаточных средств, на сей раз смирилась. Сам Папа Римский не осудил кондитера, сказав несколько благосклонных слов в его адрес.

Изделия неугомонного итальянца уже появились и в России. Но в отличие от их зарубежных сверстников наша молодежь отнеслась к новинке скептически. Наши девушки более серьезно относятся к безопасному сексу. Вот типичное замечание по поводу итальянского сувенира.

- Не знаю, вообще, это несерьезно. Презерватив в шоколаде... Я все-таки предпочитаю аптеку. Так надежнее.

Приживется ли новинка у нас, покажет время. «Решать серьезные проблемы с помощью шуток вовсе не безнадежное дело», - улыбается кондитер. Ну как с ним не согласиться?





Джеймс Уотсон

— отметил Уотсон.

Ученый предлагает фиксировать не полную расшифровку ДНК, а так называемые «отпечатки» — условную «фотографию» хромосом. «Отпечатки» не содержат медицинской информации, но по ним можно точно идентифицировать человека.

«Пожертвовать, в определенной степени, анонимностью, как кажется, — вполне разумная цена», — охарактеризовал ситуацию Уотсон. Он считает необходимой разработку строгих мер контроля доступа к генетическим картам граждан. «Быть жуликом станет гораздо сложнее. Что плохо-

БЫТЬ ЖУЛИКОМ СТАНЕТ СЛОЖНЕЕ

Первооткрыватель структуры ДНК предлагает всем сдать отпечатки хромосом государству.

Все жители Европы и США должны передать свою генетическую информацию в единый международный информационный центр, предназначенный для борьбы с преступностью и терроризмом. Это заявление было сделано одним из соавторов открытия структуры ДНК, Джеймсом Уотсоном (James Watson).

Профессор Уотсон считает, что угроза, исходящая от организованной преступности и международных террористов, перевешивает возможные доводы против создания такого центра, связанные с нарушением гражданских свобод.

«Я понимаю обеспокоенность по поводу обеспечения неприкосновенности частной жизни и опасения, связанные с возможным ненадлежащим использованием генетической информации, но подобный шаг сделает жизнь безопаснее»,

го в желании сделать правоохранительную систему более справедливой?», — добавил биохимик. По его мнению, введение подобной системы будет относительно недорогим. Как говорит Уотсон, «трудно даже представить, будто через сто лет у нас не будет такой базы. С этим разгулом терроризма нужно знать, кто есть кто».

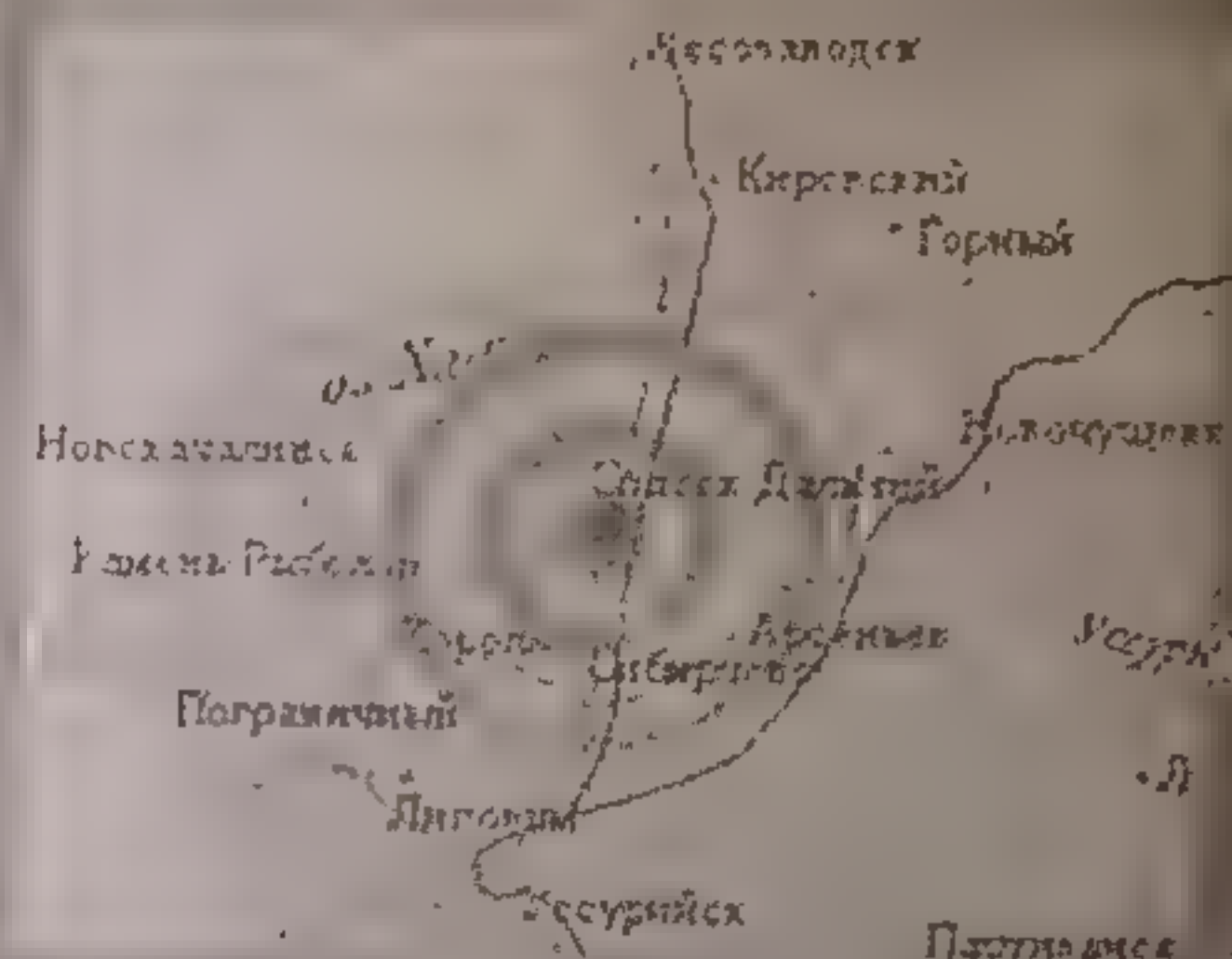
Идею Уотсона поддержал профессор Алек Джеффриз из Университета Лейчестера, разработавший технологию получения «отпечатков» хромосом.

За открытие «двойной спирали», объяснившее устройство ДНК — носителя наследственной информации, Уотсон и Крик получили Нобелевскую премию. Это одно из главных научных достижений XX века. Впоследствии Уотсон стал первым руководителем проекта «Геном человека», в рамках которого наследственная информация Homo Sapiens была полностью расшифрована. Сейчас профессор Уотсон руководит лабораторией Cold Spring Harbor в Нью-Йорке.

25 ЖИТЕЛЕЙ ПРИМОРЬЯ ЗАРАЗИЛИСЬ

НЕИЗВЕСТНЫМ ВИРУСОМ

Вспышка острых кишечных инфекций зафиксирована в городе Спасске-Дальнем в Приморском крае. По данным местного Госсанэпиднадзора, на данный момент больны 25 жителей, в том числе 21 ребенок.



По мнению эпидемиологов, причина массового заражения горожан в том, что в водопроводную воду попали канализационные стоки. Врачи не исключают, что это произошло около месяца назад в результате аварии на водопроводе.

Тип вируса, вызвавшего кишечные заболевания, на данный момент неизвестен. Результаты будут объявлены после лабораторных исследований воды.



ДЕТИ ВЕГЕТАРИАНЦЕВ СТАНОВЯТСЯ ДУРАКАМИ

Кормящие матери, отказывающиеся от животной пищи, могут нанести серьезный вред умственному развитию ребенка. Американские врачи из Центров по контролю заболеваний и

профилактике рассказали в своем еженедельном издании о двух случаях нарушений развития у малышей, матери которых были вегетарианками. Связано это было с дефицитом витамина B12.

Главными источниками этого вещества, необходимого для развития мозга, являются продукты животного происхождения, такие как мясо, яйца и молочные продукты. Кормящая грудью мать обеспечивает своего ребенка достаточным количеством витаминов, только если полноценно питается или принимает соответствующие витаминные комплексы.

В двух случаях, о которых рассказывает доктор Мария Елена Джеффердз, матери отказывались от всех животных про-

дуктов. У одного ребенка в 15-месячном возрасте обнаружили задержку роста и развития. Выяснилось, что мать, которая была вегетарианкой в течение нескольких лет, кормила ребенка грудным молоком на протяжении восьми месяцев.

Сообщается, что после того, как в рацион ввели достаточно витамина B12, состояние ребенка начало улучшаться, однако, чуда не произошло и в возрасте 32 месяцев еще отмечалось отставание в развитии речи. Как полагают эксперты, ущерб мозгу может быть обратимым, но в каждом конкретном случае это зависит от тяжести авитаминоза и длительности действия этого фактора.

В то же время доктор Джеффердз заметила, что вегетарианки, конечно, должны продолжать кормление грудью, только следить за достаточным поступлением необходимых для ребенка веществ, пусть и в виде витаминных препаратов.



И в мире новом друг друга они не узнали

Поджидая маршрутку, она рассеянно рассматривала объявления, эти бесконечные: куплю-продам-акция, пока взгляд ее не наткнулся на что-то совершенно нереальное: «Поэт на вечер» и номер телефона. Повинуясь какому-то внутреннему толчку и рискуя нарваться на гнусный розыгрыш, она набрала номер и скованно произнесла: «Вы знаете, когда-то я так любила поэзию...»

Чудеса продолжались. В ответ она услышала обеспокоенное: «Вы серьезно заболели. Поэзию нельзя разлюбить, ведь это ветер из обители Бога».

Через час, поражаясь себе, она сидела в опрятной однокомнатной квартирке на окраине города и очарованным ребенком, впервые открывшем сказки Андерсена, слушала незнакомца.

Он говорил на русском языке, но какой это был язык! Райский, извлеченный из русского. Сердце ее дробилось. Тютчев и Хармс, Цветаева и Бодлер, Лермонтов и Паунд. Вспоминая, ей казалось, что он называл эти имена.

«Кто вы?» - спросила она. Он ответил с грустинкой: «Гении работают на века, посредственности обслуживают современников. Я служу людям».

Теряясь, но отчего-то не стыдясь себя, она выложила ему все о кошмарах в семье, о страстной жажде ребенка и своих надеждах.

Ответ она помнит почти наизусть: «В Новом завете сокрыта теология нежности, целительной нежности, которая исцеляет словом, совместной трапезой, поцелуем. - все это в сегодняшней жизни вытравлено окриками, матами, корыстолюбием. Но слово животворит, если хотите, в буквальном смысле».

Итак, за обретением вам с мужем необходимо идти в Храм. Но помните: пока темная основа, злая в своем исключительном эгоизме не сокрушена, до тех пор невозможно никакое настоящее дело. Идет ли речь о будущем ребенке, или другом деле, нужном людям. И вопрос «что делать?» не имеет разумного смысла. Представьте себе толпу людей слепых, глухих, наркоманов, сквернословов, спившихся, и вдруг из этой толпы раздается вопрос: «Что делать?»

Незнакомец проводил ее до остановки, странно встревоженную и умиротворенную. Попрощавшись ласковой улыбкой, он ушел.

С того, памятного для нее, вечера прошло несколько лет. Знакомые и друзья отзываются о них как о прекрасной паре.

Ее карапуз уже всюду болтает и с удивлением взирает на окружающий мир.

Но порой, вглядываясь в свое чадо, она с трепетом узнает такой внимательный, прощающий и дарующий взгляд «поэта на вечер».

А.Варава

РАЗРУШАЮЩЕЕ и исцеляющее

Существует мнение, что если животным не свойственно стесняться своих естественных проявлений, то и человеку не должно прикрываться существующими правилами поведения в обществе.

Что ж, мнений на свете много. Но когда холеная девчушка, благоухающая «Сальвадором Дали», с неглупой мордашкой, в ответ на замечание (справедливое!) отвечает таким потоком непристойностей, таким отборным матом, что взрослые мужи-

ки краснеют...

Тут уже не до мнений. Впору задуматься о медицинском аспекте темы.

Большинство людей, употребляя в своей речи мат в качестве «связки» между словами, и не подозревают о существовании подобного аспекта.

А суть заключается в следующем. Научкой уже давно установлено, что с помощью словесных мыслеобразов мы можем созидать или разру-

шать свою генетическую структуру, то есть с помощью слов мы воздействуем на генетическом уровне не только на собеседника, но и на самих себя. На этом основан, например, лечебный метод Г.Н.Сытина, получивший широкое распространение. Основываясь на этом методе, Сытин основал клинику. Этим же можно объяснить лечебное воздействие народных заговоров против всяческих болячек, когда ваше заболевание проходит после того, как какая-нибудь старушка, в которую вы верите как в народного целителя, пошепчет что-то, наклонясь над вами. Объяснение заключается в том, что наше ДНК содержит наследственную информацию не только в

(Окончание на стр. 7)

ВНАЧАЛЕ БЫЛО СЛОВО...

Религия и наука предупреждают – мат смертельно опасен для здоровья. Ученым удалось доказать, что каждое произнесенное нами или постоянно произносимое рядом с нами слово очень отчетливо влияет на наши же гены. Речь идет о продлении молодости и о сроках жизни.

В числе первых ученых, сделавших это открытие, был наш соотечественник, доктор биологии Иван Борисович Белявский. Именно он попытался выяснить, каким образом на человеческий организм влияют не какие-то огромные блоки информации, а обыкновенные слова.

Результатом этого влияния при упорном (положительном или отрицательном) воздействии через какое-то время становится не просто передача видоизмененных генов потомству, но и смена собственного генетического кода человека, касающегося темпов старения и срока жизни! Говорят, диссертация на эту тему, защищенная соискателями еще в советские времена, слушалась ученым советом при закрытых дверях. Поскольку в ней с математической точностью доказывалась неприемлемая по тем временам истина: не только человек обладает какой-то загадочной энергетикой, но и каждое его слово тоже несет свой собственный энергетический заряд.

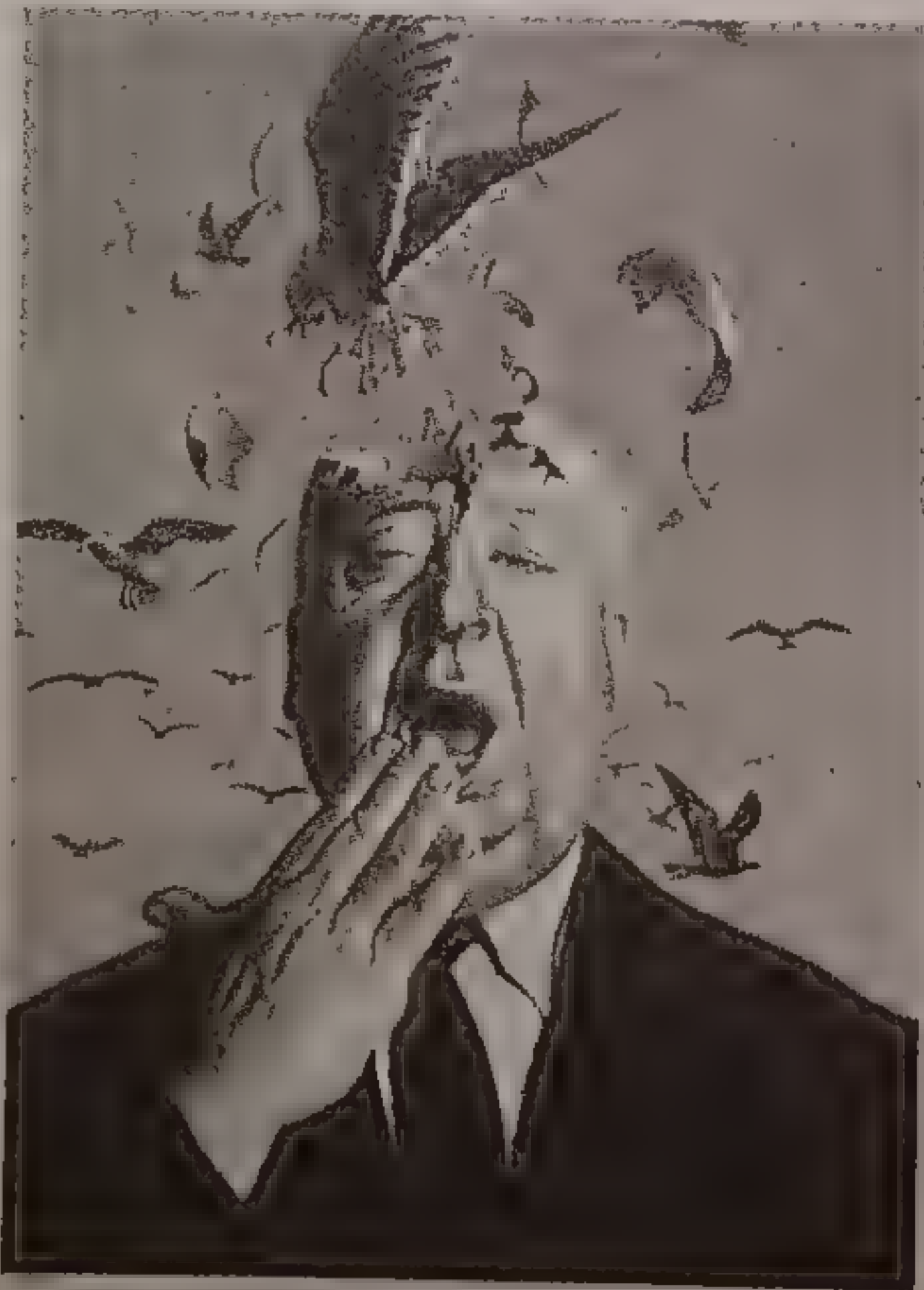
А отсюда уже остается совсем один, крохотный шаг до Библии – «В начале было Слово...». Следовательно, результаты воздействия слов на наши гены – более чем интересны, ведь речь идет о продлении молодости (или наоборот) и о сроках жизни. А как выяснилось в последующие годы – еще и о судьбе...

Очевидно, что разные слова «заряжены» по-разному, причем так же, как в обычной физике, зарядов может быть только два: либо положительный, либо отрицательный. Так вот, любая матерщина идет со знаком «минус». Уже в 90-е годы упомянутая группа ученых выпустила на основе своей диссертации книгу, в которой приводится масса примеров, связанных с наблюдениями за конкретными людьми.

Обследование в течение нескольких лет двух групп людей одного возраста, из которых одна – принципиальные многолетние сквернословы, а вторая – те, кто обходится без крепкого словца, показало, что у матерщинников очень быстро появляются возрастные изменения на клеточном уровне, а вслед за этим и разнообразные болячки. Во второй группе картина прямо противоположная. В частности, организм пятидесятилетней учительницы русского языка, несмотря на ее нервную работу, оказался моложе своего паспортного возраста на 13-15 лет. Так что же это за разрушительная энергия, заключенная в словах родного русского матерка?..

ИМЯ ДЕМОНА

Мат, оказывается, и не такой уж нам родной, как принято сегодня считать. В словаре древнерусского языка, хранящемся в Ленинке, слово, начинающееся со второй буквы алфавита и обозначающее женщину известного поведения, присутствует равноправно с цензурными, поясняется как происходящее от слова «блуд». В этом же самом виде слово это перекочевало отсюда и во все словари русского мата.



На самом деле произошло легкое недоумение, чтобы не сказать больше. Словарь из Ленинки – едва ли не первый в России, во всяком случае, из дошедших до нас с вами. Но он при этом неизмеримо «моложе» летописей, первые из которых были писаны и дошли до нас еще на бересте. И упомянутое, ныне матерное, слово тоже там присутствует. Только совсем по другому поводу и с иным смыслом. И слово это,

оказывается, не что иное, как имя демона, с которым в незапамятные времена по различным поводам «общались» наши языческие предки. Означенный демон, как и все остальные, имел свою «специализацию», какую – догадаться нетрудно.

Б...

Был изначально мужского рода, в его «обязанности» входило наказывать провинившихся женщин тем, что в современной медицине называется «бешенство матки»... Решительно все остальные слова русского мата имеют то же самое демоническое происхождение. Итак, перед нами реальные имена демонов, то есть воплощенного, личностного Зла. И сверхдалекие предки приносили их имена с одной из двух целей: либо ублажить (принося при этом кровавые жертвы), либо напугать. В последнем случае к имени демона присоединялись другие бранные слова, поскольку целью человека, стремящегося отпугнуть его, было доказать демону, что по степени неупотребления он ему способен дать сто очков вперед и знает с нечислительностью посильнее и похуже него.

А ЧТО ДЕЛАЕМ МЫ?

Мы материмся с близкими, порой самыми близкими людьми, или призываем древних демонов просто так, для красного словца. И между прочим, с тем же результатом, что и пращур, который взывал к Злу, чтобы наказать кого-то за серьезные проступки, – призываем это Зло себе на голову изо дня в день, из года в год. В итоге получаем вначале неприятности мелкие, потом все более крупные: со здоровьем, детьми, любимыми. Наконец, просто попадаем в полосу хронического невезения. Многие из нас полагают, что мат – глубоко русская традиция. На самом деле сквернословие на Руси примерно до середины XIX века не только не было распространено даже в деревне, но и очень долго являлось уголовно наказуемым. Еще при царях Михаиле Федоровиче и Алексее Михайловиче на Руси выматерившегося человека подвергали публичной порке. А народная мудрость утверждала и утверждает, что в семье сквернословца нет мира, а сама склонность к матерщине всегда сопровождается и другими пороками – начиная алкоголизмом и кончая всевозможными формами бытовой агрессии.

Религия в унисон с наукой утверждает: всякий, употребляющий скверные слова, оскорбляет не только Бога, но и образ Божий в себе самом, подвергая его разрушению на всех уровнях – от здоровья до судьбы!

К.Любинин



**СНЕЖНЫЙ
МАЛЬЧИК**

Вслед нашей публикации о ясновидящем мальчике, нареченном в народе Иванко, в редакцию стали поступать письма — просьбы задать ему вопросы о личной жизни читателей. Мы сделали из этих писем подборку по тематикам и отправили их по электронной почте Иванку. Через некоторое время мы получили ответ. Ответ именно на выбранные темы всем и сразу, но не лично тому или иному читателю. Ниже мы приводим общие вопросы и ответы Иванка.

1. ВОПРОС

Любовь: найти, не потерять, вернуть.

ОТВЕТ

В любви очень важны слова («В начале было Слово»). Говорите постоянно сами с собой, с людьми о любви. Слова — это первые ласточки, привлекающие к вам ответную любовь. Например, встали утром и сказали: «Я люблю!» И далее перечисляете все, что видите, — землю, траву, солнце, снег, луну, детей, зверей и т. д., постепенно переходя уже к человеку.

Создавайте вокруг себя ауру любви. В любви существует закон: «Подобное привлекает подобное», а тот закон, что почитают люди — «Противоположности сходятся», — абсолютно ложный. В семье противоположности ведут войну по всем правилам военных действий. Иногда людям кажется, что так и должно быть, и мирятся с подобным положением. Но так не должно быть. Многие живут

так, как будто пишут черновик, а спохватившись, понимают, что все уже потеряно. Не дайте пройти жизни мимо вас.

2. ВОПРОС

Материальное благополучие.

ОТВЕТ

При всем желании человек не умеет определить, что ему действительно нужно. Даже если предоставить нашему уму полную свободу выбирать, что ему нужно, или кто ему нужен, он и тогда не сможет пожелать того, что ему на самом деле необходимо. Поэтому в главной христианской молитве к Богу и говорится: «Да будет воля твоя». Страшиться, чтобы вас не постигла беда та же беда, что царя Мидаса. Он просил у богов, чтобы все, к чему он ни прикасался, превращалось в золото. **Его молитва была услышана: и вот его хлеб, его вино, его рубашка, его одежды, все — вплоть до перьев в его подушке — превратилось в золото.** Он ужаснулся буквальному исполнению своего желания и ему пришлось взять свои слова обратно: **«Пораженный этой нежданной бедой, богатый и бедный одновременно, он жаждет бежать от своих со-**

кровищ и ненавидит то, чего алкал». Когда Бог дает нам богатство, почести, жизнь и даже здоровье, то это иной раз бывает нам во вред, ибо не всегда то, что нам приятно, благотворно для нас. Современные люди перестали мечтать. Вот например, о чем мне пишут в письмах: «...Я одна воспитываю сына. Он болеет. Как мне его излечить, одной воспитать, дать образование...» Ни одного конкретного слова, каким человеком она хочет его видеть, например, в 30 лет. Но ведь ничего не исполняется неожиданно и вдруг, а скорее наоборот. То же и в бизнесе — если вы конкретно поставили себе задачу: например, приобрести продуктовый ларек и заниматься продажей сигарет, то в конце концов вы этого добьетесь, обязательно. Закон природы таков: от конкретной мечты — к исполнению. Помните, у Грина в рассказе «Алые паруса» — героиня даже цвет парусов у корабля своей мечты видела, как и имя нареченного. Начните с главного — научитесь мечтать. Все мечты исполняются!

Иванко

РАЗРУШАЮЩЕЕ и исцеляющее

(Окончание. Начало на стр. 5)
химических соединений, но и в физическом поле, существующем вокруг хромосом. Иначе говоря, ДНК «слышит» нашу речь и реагирует на нее. Одни наши слова оздоравливают организм, например, молитва, другие — разрушают его. Причем разрушают, как уже было сказано, на генном уровне. К этим разрушающим наше здоровье мыслеобразам относится также и ненормативная лексика, т.е. привычный мат на бытовом уровне. И более того, наша словесная вседозволенность и распушенность влияет на здоровье наших детей и внуков, так как записанная в ДНК информация передается по наследству нашим потомкам. Косвенным доказательством сказанному служит десятикратный рост в России за последние двадцать лет числа детей с отставанием как физическим, так и умственным развитием.

А.Петренко

(Продолжение. Начало в №3)

ВНИМАНИЕ! Нельзя совмещать скипидарные ванны с инъекциями, приемом антибиотиков, гормонов, лечением ультразвуком, облучением, химиотерапией и др. сильнодействующими процедурами.

СОСТАВ И СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЕЛОЙ СКИПИДАРНОЙ ЭМУЛЬСИИ

550 мл воды налить в эмалированную кастрюлю, поставить на огонь. Когда вода закипит, всыпать в воду 3 г салициловой кислоты и 30 г измельченного на терке детского мыла. Кипятить 15-20 минут на слабом огне, часто помешивая, до полного растворения мыла. Когда мыло полностью растворится, погасить огонь. В литровую бутылку с широким горлышком или в литровую банку влить 500 мл живичного скипидара и затем туда же влить содержимое кастрюли (но не наоборот!). Все хорошо размешать и плотно закрыть крышкой. Готовая белая эмульсия имеет вид простокваши, консистенцию сырого куриного белка. При хранении она расслаивается; перед употреблением ее надо тщательно взболтать. Хранить при комнатной температуре до года.

ПРИЕМ БЕЛЫХ СКИПИДАРНЫХ ВАНН

Налить в ванну воду с температурой 36°C, в очень горячей воде растворить нужную дозу белой эмульсии, влить в ванну и тщательно размешать. Смазать половые органы (мошонку у мужчин — особенно), промежность, задний проход вазелином или любым растительным маслом и лечь в ванну. В течение 5 мин. довести температуру воды в ванне до 38°C и лежать еще 10 минут при этой температуре (дальнейшая схема набора температур уже приводилась ранее). Затем выйти из ванны, тело не вытирать, надеть старое белье и лечь в постель. Дозировки будут приведены далее в таблице.

Во время ванны или после нее может появиться кожная реакция в виде чувства легкого жжения, пощипывания, покалывания (у каждого — очень индивидуально). В норме эта реакция наблюдается в течение 15-

ЗАЛМАНОВСКИЕ ВАННЫ



СХЕМА ПРИЕМА ВАНН С БЕЛОЙ СКИПИДАРНОЙ ЭМУЛЬСИЕЙ

№№ ванн	Кол-во эмульсии (в мл)	Температурный режим, °C	Продолжительность ванны (в мин.)
1	20	36°, через 5 мин. 38°	15
2	25	»	15
3	30	»	15
4	35	36,5°, через 5 мин. 38,5°	15
5	40	»	15
6	45	»	16
7	50	37°, через 5 мин. 39°	16
8	55	»	16
9	60	»	16
10	65	»	17
11	70	»	17
12	75	37°, через 5 мин. 39,5°	17
13	80	»	17
14	85	»	17
15	90	»	17
16	95	»	17
17	100	»	17
18	105	»	17
19	110	»	17
20	115	»	17
21	120	»	17

Ванны продолжать со 120 мл эмульсии до получения максимального лечебного эффекта.

45 минут после ванны. Если реакция очень сильная (неприятная), то доза эмульсии уменьшается и не повышается до тех пор, пока кожа не привыкнет и реакция не ослабнет.

Белые скипидарные ванны усиливают пульсацию капилляров, усиливают ток крови, что способствует повышению артериального давления, интенсификации периферического кровообращения и улучшению

трофики всех тканей организма — особенно там, где она нарушена. Эти ванны обычно применяются при гипотонии, артериитах, деформирующих полиартритах, мышечных атрофиях, вялых параличах, импотенции, простатите, для ускорения сращения переломов.

Первые 10 дней ванны принимают через день, затем, во избежание раздражения почечной паренхимы,

СЕБЯ ИЩЕЛИИ И ВАМ ПОМОГУ

СХЕМА ПРИЕМА ЖЕЛТЫХ СКИПИДАРНЫХ ВАНН

делать через 2 дня на третий или 2 раза в неделю по фиксированным дням. В дни, свободные от ванн, больные делают горячие грудные обертывания (перед сном) и прохладное обертывание ног (на всю ночь). Последняя процедура вызывает рефлекторное расширение сосудов нижних конечностей и, следовательно, улучшает в них кровообращение, а также способствует развитию коллатералей (дополнительных кровеносных сосудов). Это особенно важно при артериитах нижних конечностей.

СОСТАВ И СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ ЖЕЛТОГО СКИПИДАРНОГО РАСТВОРА

300 мл касторового масла налить в эмалированную кастрюлю и поставить на водяную баню (в другую, более широкую кастрюлю со слабокипящей водой). Затем растворить в 200 мл холодной воды 40 г едкого натрия. Когда вода в водяной бане покипит 5-7 минут, влить растворенную щелочь в касторовое масло и тщательно перемешать. Когда масло со щелочью загустеет, еще раз все хорошо размешать и влить 250 мл олеиновой кислоты (любого качества), все время интенсивно размешивая (смесь может пениться и норовит «убежать» из кастрюли). Когда состав станет жидким (как подсолнечное масло) и на его поверхности останется только легкая белая пена, прекратить нагревание, снять с огня и влить в кастрюлю 750 мл живичного скипидара. Еще раз все размешать и разлить по бутылкам (банкам). Хранится при комнатной температуре в течение года.

После курса лечения (как правило, не менее 3 месяцев) артериальное давление устойчиво снижается, особенно диастолическое, и улучшается общее состояние. Нормализуются показатели основного обмена, капиллярскопии, внешнего дыхания. В крови снижается количество холестерина и сахара, увеличивается мочеотделение (диурез), индекс в моче (натрий:калий) приближается к норме (2,2:1). Такое состояние у пациентов сохраняется два года и более.

**Крещенова Галина
Филипповна,
426069, Удмуртия, г. Ижевск,
ул. 7-я Подлесная, д. 20, кв. 7**

№№ ванн	Кол-во эмульсии (в мл)	Температурный режим, °С	Продолжительность ванны (в мин.)
1	20	36°, через 5 мин. 39°	15
2	30	»	15
3	40	»	16
4	50	»	16
5	60	36°, через 5 мин. 39°, начиная с 12-й мин. - 40°	16
6	70	»	16
7	80	»	17
8	90	36°, через 5 мин. 39°, последние 4 мин. 41°	17
9	100	»	18
10	110	»	18
11	120	»	18

Ванны продолжать со 120 мл раствора до получения желаемого результата.

НОЗОЛОГИЯ СКИПИДАРНЫХ ВАНН (ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ)

1. Артерииты.	с артериальным давлением > 140 мм с давлением не более 140 мм	желтые ванны белые ванны
2. Гемиплегия (последствия мозгового кровоизлияния).		желтые ванны каждые 2 дня
3. Гипертоническая болезнь.		желтые ванны
4. Диабет.		желтые ванны
5. Инфаркт миокарда.	с артериальным давлением > 150 мм	желтые ванны
6. Ишиас.	с артериальным давлением < 150 мм	белые ванны
	с нормальным или пониженным давлением	белые ванны
	с повышенным давлением крови (первые 10 дней — через день, затем через 2 дня на 3-й)	желтые ванны
7. Глаукома ретинит		желтые ванны
8. Костные переломы.	санкилозом	желтые ванны
9. Мастоидит.	с атрофией мышц	белые ванны
10. Монголизм (отсталые дети)	если масса не более 10 кг	желтые ванны
	если масса 10-20 кг	желтые — 25 мл
	если масса 30-40 кг	желтые — 30 мл
11. Мышечная атрофия (прогрессирующая).		желтые — 40 мл
12. Омоложение пожилых людей.	с низким артериальным давлением с давлением выше 140 мм	серия желтых ванн (10-12), затем смешанных
	когда давление снизится, 2 белые ванны после одной желтой;	белые ванны
	в промежутках процедур — горячие обертывания грудной клетки	желтые ванны
13. Ревматизм.	прогрессирующий, гипертрофический с экзостозами	желтые ванны
	деформирующий с остеопорозом	белые ванны
14. Полиомиелит (последствия).		белые ванны
15. Рахит, остеомаляция.		белые ванны

Сфагнум, или белый мох, уже в течение многих веков применяют в народной медицине как перевязочное средство. Теперь им занялись ученые и нашли у него массу полезных качеств, благодаря которым его вполне можно использовать и в медицине современной.

Исследователи с кафедры аналитической химии Белорусского государственного университета изучили химический состав и абсорбционные свойства белого мха-сфагнума. Они выделили из него большой набор веществ с бактерицидными и противогрибковыми свойствами и подтвердили его высокую впитывающую способность.

Биологически активные вещества извлекали из растения с помощью различных растворителей: дистиллированной воды, этанола, бутанола, эфира и хлороформа. Самым лучшим растворителем для экстрагирования веществ оказалась дистиллированная вода. Исследователи выделили из сфагнума 6 фенокислот (изохлорогеновую, фумаровую, кофейную, хлорогеновую, пирокатехиновую, федуловую) и 6 веществ из класса кумаринов (эскулетин, эскулин, умбеллиферон, скополетин, кумарин, герниарин). Эти вещества обладали ярко выраженным бактерицидным действием, особенно сильно они действовали на культуры стафилококка и стрептококка. Экстракты из сфагнума оказались также губительными для грибковых инфекций. Ученые предположили, что противогрибковым действием сфагнум обязан прежде всего кумарина.

Бактерицидные свойства сфагнума могут найти применение и в наши дни, если использовать его как лекарственное сырье для изготовления мазей, порошков и прочих препаратов.

Как противогрибковое средство сфагнум может иметь преимущество перед синтетическими лекарствами, поскольку действует более мягко.

Кстати, содержание биологически активных веществ во мху зависит от времени его сбора: больше всего их в растениях, собранных в июне, меньше - в августе.

По абсорбционным свойствам, по способности впитывать воду и кровь сфагнум не уступает вате и лигнину.

Исследования показали, что одна весовая часть сфагнума может впитывать до 25 весовых частей воды. Это объясняется особенностями его микроскопического строения. Например, полости конопляных, льняных и хлопковых клеточных волокон закрыты от окружающей среды, поэтому всасывание гноя происходит лишь благодаря межклеточным пространствам. Целлюлозные волокна легко склеиваются гноем, он застывает в наружном слое и не может проникнуть дальше. А вот у сфагнума принципиально другое строение. В его стебле содержатся полые клетки, предназначенные специально для накопления воды. Их стенка пронизана отверстиями, через которые внутрь клетки попадает влага. Поэтому стебель сфагнума хорошо пропускает и воду, и кровь, и гной, при этом он не теряет эластичности, а рана остается сухой.

В больших количествах сфагновый мох заготавливали во время Первой мировой войны. Его рассылали по всей России, и вместе с ним губернские врачи получали анкеты, в которых должны были оценить достоинства мха. Практически все врачи высоко оценивали сфагнум: его рыхлость, высокую впитываемость, антисептические свойства. Поэтому его повсеместно применяли для перевязки ран, влагалищных

МОХ ВМЕСТО БИНТА И ТАМПОНА



тампонов, подкладок для родильниц. Важным достоинством сфагнума по сравнению с другими перевязочными средствами, особенно в военное время, была его дешевизна. Перед применением сфагнум стерилизовали, обрабатывая его паром или пропитывая раствором сулемы, хлоридом натрия или борной кислоты. Теперь ученым известно, что происходит, например, при обработке сфагнума раствором сулемы: двухвалентные ионы ртути прочно связываются с оболочками клеток и остаются там при дальнейшей промывке дистиллированной водой. Таким образом получается химически измененный мох, который оказывает дополнительное антисептическое действие за счет ионов ртути.

Конечно, сфагнум - это прежде всего стратегическое сырье в экстремальных условиях. Но, как показали исследования, сырье действительно хорошее.

А поскольку в наше время приходится быть готовым к любым экстремальным ситуациям, то забывать про него не стоит.

«Информнаука»

ЛЕЧЕНИЕ ПРОСТУДНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ



С приходом весны все ждут увеличения количества простудных заболеваний, особенно среди детей. В связи с этим во всех газетах народной и альтернативной медицины появляются

статьи по лечению простуды и советы по снижению высокой температуры.

Недавно я прочитал советы халатно-преступного медработника, который рекомендует для снижения температуры детям давать парацетамол, утверждая, что он обладает самым лучшим соотношением «эффективности и безопасности».

Я считаю, что применение парацетамола, химических препаратов от кашля, анальгетиков и антибиотиков можно назвать преступлением против человечества.

Зачастую при первом же недомогании все хватаются за таблетки, не задумываясь о побочных действиях, которые они оказывают на организм. **Давайте не будем шутить со здоровьем и без особой необходимости употреблять таблетки. Ведь от их применения больше вреда, чем пользы.**

Для того что бы убедиться в моей правоте, откройте справочник академика Маковского М.Д. «Лекарственные средства», и вы убедитесь, что все химические препараты имеют больше противопоказаний к применению, чем положительного эффекта.

ЛЕЧЕНИЕ ПРОСТУДНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

Хваленый парацетамол имеет те же противопоказания, что и фенацетин. А фенацетин исключен из Государственного реестра лекарственных средств и запрещен к применению еще в 1995 г. в связи с очень опасными побочными действиями на организм человека.

А ведь вместо этих вредных и дорогих химических препаратов можно принимать дешевые и безвредные средства народной медицины.

Простуда - это самое распространенное заболевание, с которым встречаются практически все.

Те ошибки, которые люди допускают при лечении простуды, приводят в дальнейшем к тяжелым последствиям и ряду сложных заболеваний, вплоть до инвалидности.

Ниже приведу методы лечения простудных заболеваний, которыми успешно пользуются в нашем роду уже несколько столетий. В результате правильного подхода к лечению простуды мои дети и внуки, а также дети моих знакомых имеют стойкий иммунитет и болеют очень редко и не продолжительное время.

ЛЕЧЕНИЯ ПРОСТУДЫ: ОРЗ, КАШЛЯ, НАСМОРКА, ГРИППА

Первое, что обычно стремится сделать больной, если появилась температура - принять жаропонижающее средство, снизить температуру, даже если она не очень высокая. И это говорит о его плохой информированности: повышение температуры - защитная реакция организма. Поясняя: стабильность температуры тела в диапазоне 36-37°C обеспечивается равновесием теплопродукции и теплоотдачи.

С началом воспалительного процесса в организме образуются пирогены, под действием которых терморегулирующий центр головного мозга «дает команду» на сужение сосудов и усиление мышечных сокращений. Вот откуда озноб и дрожь, предшествующие повышению температуры! И если больного, а тем более больного ребенка, начало знобить, надо укрыть его потеплее, согреть.

Польза от температуры есть: во-первых, это сигнал организма о болезни; во-вторых, информация о том, что организм борется с возбудителем болезни. При температуре выше 37°C большинство болезнетворных микробов перестают размножаться. А ряд защитных субстанций, например интерферон, начинает выделяться в больном организме лишь при температуре выше 38°.

Дети в большинстве случаев переносят повышение температуры легче, чем взрослые, и если она не выше 38,5°, жаропонижающих средств можно не давать.

Снизить температуру можно без химических лекарств:

✓ раскрыть больного и сделать «воздушную ванну»;

✓ обтереть тело махровым полотенцем, смоченным в чуть теплой воде с добавлением уксуса;

✓ обернуть стопы и щиколотки ног хлопчатобумажной тканью, смоченной в растворе воды с уксусом в соотношении 1:1, сверху надеть шерстяные носки;

✓ в течение дня пить отвар сушеной вишни: 1 порция сушеной вишни на 3 порции воды. Варить долго, пока объем жидкости не уменьшится на 1/3 часть. Добавить мед по вкусу. Остынет, пить небольшими порциями;

✓ хорошо понижает температуру отвар перловой крупы. 100 граммов крупы на 1 литр воды, кипятить 10 минут. Остынет, процедить. В жидкость добавить мед по вкусу. Взрослым выпить в 2 приема за вечер, детям половину объема, малышам третью часть.



Ни в коем случае нельзя давать при температуре, и особенно детям, ацетилсалициловую кислоту (аспирин), так как она может вызвать тяжелое поражение печени и мозга (синдром Рея). Запрет относится и к препаратам, в состав которых она входит.

Не рекомендуется принимать анальгин (метамизол) из-за его неблагоприятного действия на кроветворную систему.

Антибиотики категорически запрещены. Их применение разрешается только в самом крайнем случае. Они обязательно повлияют на ухудшение слуха и зрения, особенно у детей, а также приведут к дисбактериозу желудка и кишечника. Эти заболевания необходимо длительный период обязательно лечить.

Жаропонижающие не принимают профилактически - их дают только при повышении температуры.

Жаропонижающие средства нельзя употреблять регулярно, они могут создать опасную иллюзию благополучия, замаскировать начало осложнения.

Особенное внимание необходимо уделить детям первых 2-3 месяцев жизни. Они очень часто плохо переносят температуру. Жаропонижающие им дают обычно при 38°.

У маленьких детей мышечная дрожь часто переходит в судороги, которые называют фебрильными, то есть связанными с подъемом температуры. Ребенку до 3 лет, у которого раньше хоть один раз были такие судороги, жаропонижающие средства дают при температуре 38° и выше.

У ребенка возможна так называемая злокачественная гипертермия - когда происходит спазм сосудов кожи, нарушающий теплоотдачу. Ее признаки: температура до 40 и выше, появление «мраморной» окраски кожи, холодные на ощупь ручки и ножки. В таком случае жаропонижающее надо давать обязательно, тело растереть водкой до покраснения, чтобы улучшить теплоотдачу.

Самое главное в лечении простудных заболеваний - своевременно начать лечение на первом этапе.

✓ При кашле, заболевании бронхов, охриплости голоса принимать по 1 столовой ложке, а детям по 1 чайной ложке каждый час-полтора - сок черной редьки с медом, поровну смешанные.

✓ Внутренний свиной жир, а еще лучше козий жир, разогреть, смешать с чесноком. Этой смесью натереть спину и грудь, укутав хлопчатобумажной тканью и шерстяным шарфом, а также ступни ног, надеть шерстяные носки.

✓ Можно периодически, особенно при насморке, смазывать пятки медицинским йодом.

✓ В то время, когда пятки и ступни ног ничем не смазываете, на протяжении всей болезни ходить и спать в шерстяных носках, в которые насыпана сухая горчица.

✓ В пищу употреблять овсяную кашу, можно с малиновым вареньем, изюмом, орехами.

✓ Пить чай с перетертой с сахаром малиной и красной смородиной.

СРЕДСТВО ОТ КАШЛЯ ДЛЯ ГРУДНЫХ ДЕТЕЙ

На 1 чайную ложку меда (лучше липового) добавить 2 столовые ложки семян аниса (перемолотых) и щепотку поваренной соли. Все это залить стаканом воды, дове-

ИЗОБРЕТЕНИЯ В НАРОДНОЙ МЕДИЦИНЕ

СБОР ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ ГИПЕРТОНИЧЕСКОЙ БОЛЕЗНИ

Сбор для лечения гипертонической болезни, содержащий шлемник байкальский, эвкоммию вязолистную и аронию черноплодную, отличающийся тем, что он дополнительно содержит траву барвинка малого, траву астрагала шерстистоцветкового и воду при следующем соотношении компонентов, мас. %:

травы барвинка малого - 2,2-2,6, травы астрагала шерстистоцветкового - 2,1-2,4, корни шлемника байкальского - 2,0-2,3, кора эвкоммии вязолистной - 1,8-2,1, плоды аронии черноплодной - 1,2-1,5, вода - остальное.

Изобретение относится к области медицины, а именно к лекарственным сборам с гипотензивным действием.

Предлагаемый сбор в патентной и научно-технической литературе не описан.

В разработке новых методов длительного лечения гипертонической болезни перспективным является направление, связанное с использованием средств из натуральных лекарственных растений, обладающих гипотензивной активностью и не оказывающих выраженного токсического воздействия на организм человека.

Однако водные и спиртовые вытяжки отдельных лекарственных растений проявляют недостаточный гипотензивный эффект.

Задача изобретения - повышение гипотензивной активности, уменьшение частоты осложнений, снижение побочных отрицательных явлений у больных гипертонической болезнью.

Поставленная задача достигается тем, что сбор содержит траву барвинка малого, траву астрагала шерстистоцветкового, корни шлемника байкальского, кору эвкоммии вязолистной, плоды аронии черноплодной.

МЕТОД ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СБОРА

Сбор принимают в форме водной вытяжки (1:10), которую готовят следующим образом. Сухие растения, взятые в указанных количествах, измельчают (траву-до

размеров не более 5 мм, кору и корни - не более 3 мм, плоды - не более 0,5 мм) и тщательно перемешивают. Смесь в количестве 10 г помещают в посуду (эмалированную, фарфоровую или из нержавеющей стали), заливают водой комнатной температуры до объема 100 мл, помещают в кипящую водяную баню и нагревают в ней при частом помешивании в течение 15 минут. Охлаждают при комнатной температуре на протяжении 45 минут, процеживают и добавляют воду до требуемого объема. Вытяжку (настой) принимают по 100 мл 3-4 раза в сутки за полчаса до еды.

Конкретные примеры использования сбора с достижением положительного эффекта.

ПРИМЕР 1.

Больной С-в, 55 лет, диагноз: гипертоническая болезнь II ст., гиперкинетический тип гемодинамики. Длительность заболевания - 7 лет. Назначено 12-месячное лечение в форме настоя сбора (1:10) в следующем соотношении компонентов: эвкоммия вязолистная (листья) - 4, шлемник байкальский (травы) - 4, сушеница болотная (травы) - 2, арония черноплодная (плоды) - 1. Настой назначали по 100 мл 3 раза в день за полчаса до приема пищи. К концу курсового лечения исходное АД снизилось: систолическое - на 12,8%, диастолическое - на 12,3%. В процессе лечения у больного дважды развивались кризовые осложнения болезни, а также периодически возникали побочные отрицательные эффекты - тошнота, горечь во рту, метеоризм, которые проходили после перерывов в лечении. После месячного перерыва в лечении указанным сбором больному было назначено 12-месячное лечение заявленным сбором в следующем соотношении компонентов: барвинок малый (травы) - 2,4; астрагал шерстистоцветковый (травы) - 2,3; шлемник байкальский (корни) - 2,1; эвкоммия вязолистная (кора) - 1,9; арония черноплодная (плоды) - 1,3. Сбор назначали в форме настоя (1:10) по 100 мл 3 раза в день за полчаса до еды. После курсового лечения исходное АД (178/114 мм рт. ст.) снизилось: систолическое - на 16,9% и диастолическое - на 14,6%. Кризовые осложнения болезни и побочные отрицательные реакции в течение наблюдаемого периода не регистрировались.

до кипения, процедить, когда остынет. Пить ребенку по 1 кофейной ложечке каждые 2 часа, по мере стихания кашля дозу следует сокращать.

Если у ребенка диатез, вместо меда использовать сахар.

СРЕДСТВО ОТ СУХОГО КАШЛЯ

Вскипятить 60 г корней стручкового перца с 250 г белого сухого виноградного вина. Процедить. Пить в горячем виде 3-4 раза в день.

Кроме того, большую луковицу натереть на терке и смешать с гусиным жиром. Смесь втирать в грудь и шею вечером, перед сном.

Утром необходимо съедать 1 столовую ложку смеси лука с гусиным жиром.

ПРИ ПРИСТУПАХ КАШЛЯ:

✓ Отварить плоды инжира в молоке: 1 столовая ложка измельченного инжира на 1 стакан натурального молока. Кипятить 5 минут на медленном огне под закрытой крышкой. Процедить, когда остынет. Пить теплым по 2/3 стакана, на ночь. При сильных приступах и днем.

✓ Есть салат из черной редьки.

✓ Принимать 1-2 стакана жидкой овсяной каши на молоке с медом или сахаром.

Принимать отвары трав от кашля и простуды необходимо только в том случае, когда вы упустили начало болезни. Сбор необходимо готовить конкретно для каждого больного в индивидуальном порядке, чтобы не навредить другим органам.

СРЕДСТВО ОТ АНГИНЫ

В 200 г воды комнатной температуры влить 2 чайные ложки яблочного уксуса, размешать. Полоскать горло в течение 30 секунд каждый час в течение дня.

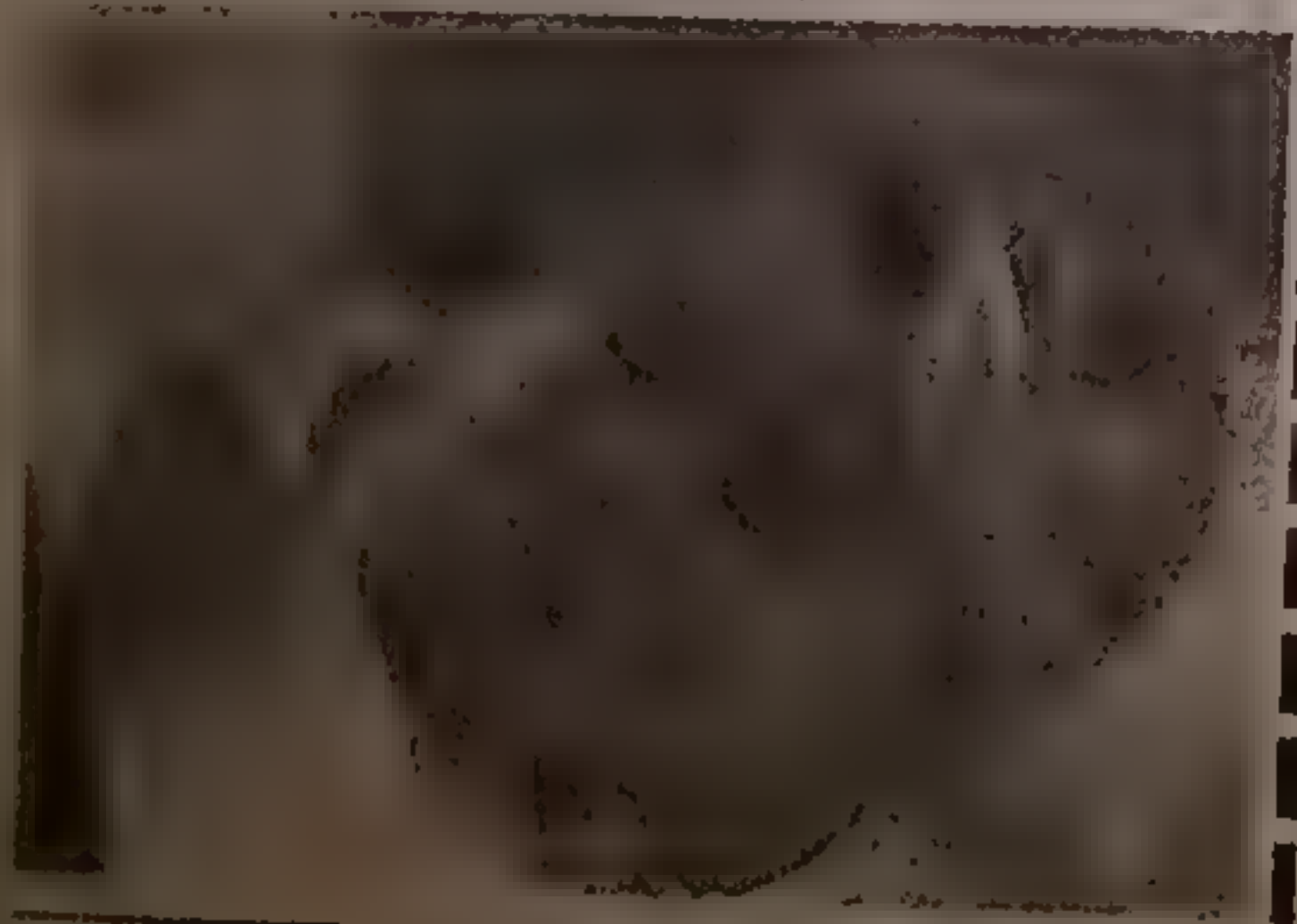
При активном полоскании ангина лечится за 1 день.

В заключение хочу сказать, что согласно моей методике оздоровления, главное не лечиться, а принять меры по предупреждению болезней, и не только простудных.

Каждый должен знать, что способности человека безграничны, при помощи Всевышнего он может все! Каждый живущий может и должен привести свою жизнь в идеальное состояние. Необходимо наладить правильный обмен веществ в организме, вследствие чего повысится иммунитет, и вы забудете о болезнях.

Живите с добром в Душе,
и добро вернется к вам.

Юрий Петрович Титовский



За последние десятилетия медицинская наука достигла значительных успехов во многих областях - изобретены новые способы диагностики, мощные лекарства. Вследствие всего этого в повседневную жизнь входят заболевания, которые раньше не могли диагностировать и лечить и которые приводили к хроническим неизлечимым процессам.

ОДНО ИЗ ЭТИХ «НОВЫХ» ЗАБОЛЕВАНИЙ - МИКОПЛАЗМОЗ

Микоплазмы - микроорганизмы, занимающие промежуточное положение в медицинской классификации между бактериями, грибами и вирусами.

Самостоятельно существовать они не могут, так как паразитируют на клетках организма-хозяина, получая из них основные питательные вещества. Обычно микоплазмы прикрепляются к клеткам эпителия - слизистой выстилки кишечного, дыхательного и мочеполового трактов. Среди достаточно большого количества микоплазм, встречающихся у человека, только 4 вида патогенны, то есть могут при определенных условиях вызвать болезнь. Одна из них - *Mycoplasma pneumoniae* - поражает дыхательную систему, вызывая воспалительные заболевания горла, бронхов, легких. Остальные три - *Mycoplasma genitalium*, *Mycoplasma hominis*, *Ureaplasma urealyticum* - являются возбудителями мочеполового микоплазмоза, который в настоящее время занимает значительное место среди заболеваний, передающихся половым путем.

Устойчивость этих микроорганизмов во внешней среде невелика - они быстро гибнут, поэтому основной способ заражения - половой или тесный бытовой контакт. Бытовым путем заражение может произойти, если, например, мерить нижнее белье или купальники всем рабочим коллективом, одолживать кому-то банное полотенце.

Как правило, микоплазмоз протекает скрыто, с преобладанием стертых малосимптомных форм. Примерно 40% больных не чувствуют каких-либо явных симптомов, пока стрессовая ситуация, например аборт, не активизируют инфекцию, часто приводя к достаточно серьезным ос-

ложнениям.

Микоплазмы вызывают развитие острого инфекционного процесса в матке (эндометрита) после родов, аборта, операции кесарева сечения. В старину это состояние называлось «родильной горячкой».

Эндометрит и в наше время является одним из самых частых и грозных осложнений послеродового периода.

Основной жалобой у больных микоплазмозом женщин является наличие обильных раздражающих выделений из половых путей, умеренный зуд, неприятные ощущения при мочеиспускании, боли при половой жизни. Эти ощущения могут периодически усиливаться, затем самостоятельно уменьшаться. Больные микоплазмозом чаще страдают воспалительными заболеваниями матки, яичников и труб, мочевого пузыря и почек.

Большинство зараженных мужчин не ощущает никаких симптомов болезни, за исключением периодических слабых резей при мочеиспускании.

Но со временем эта инфекция может спровоцировать развитие хронического простатита, воспаления почек. Возможна связь между инфицированностью микоплазмами и некоторыми видами мужского бесплодия.

Особенную тревогу вызывает все большее распространение этой инфекции среди беременных женщин.

Во время беременности микоплазменная инфекция обычно обостряется, приводя к осложнениям. Все больше данных указывает на прямую связь микоплазмозов и самопроизвольного прерывания беременности, с «замершей» беременностью - внутриутробной гибелью эмбриона на ранних сроках. К счастью, за редчайшим исключением, микоплазмы не поражают плод - плацента надежно защищает развивающегося ребенка от этой инфекции. Но воспалительный процесс, вызванный ми-

коплазмами, со стенок влагалища и шейки матки может перейти на плодные оболочки. Оболочки рвутся - отходят околоплодные воды, начинаются преждевременные роды. Риск преждевременных родов при инфицировании микоплазмами возрастает в 2-3 раза.

Младенец может заразиться от инфицированной мамы во время родов, проходя по «грязным» родовым путям. Течение микоплазменной инфекции у малышек отлично от взрослых - поражается обычно бронхо-легочное древо: вызываются воспаления глотки, носа, бронхов и легких. Интенсивность процесса зависит от состояния иммунной системы ребенка - «слабые», инфицированные микоплазмой детишки болеют чаще и тяжелее.

Дети могут заразиться микоплазмозом и в детском саду, школе - в любом «тесном» коллективе. Микоплазма в таком случае передается по воздуху.

Микоплазма не грипп, заражаются ею только дети, иммунная система которых в данный момент ослаблена (например после простуды). Чаще всего возникает бронхит, но может развиться и воспаление легких. В США 40% бронхитов у детей - микоплазменные. Основной настораживающий симптом - длительно (более двух недель) не проходящий кашель.

Иногда микоплазма «пристает» к детям с бронхиальной астмой, астматическим бронхитом - приступы становятся чаще. После лечения микоплазмоза эти дети забывают о бронхиальной астме надолго.

Диагностика этой инфекции достаточно сложна - признаков, характерных только для этого заболевания, нет, а сами микоплазмы настолько малы, что их невозможно обнаружить при обычной микроскопии.

Микоплазмоз обнаруживается либо при мазках, либо по исследованию крови из вены на наличие антител к микоплазме. Все эти методы довольно дорогостоящи, поэтому вряд ли вы можете рассчитывать на бесплатное обследование.

«Домашних» средств от этого заболевания нет, но современные антибактериальные препараты высокоэффективны - излечиваемость достигает 95%. Лечение обязательно проводится вместе с половым партнером. Иначе повторное заражение неизбежно - устойчивости к этому заболеванию не возникает.

Как серьезное, так и самое незначительное заболевание не должно становиться частью вашей жизни, расстраивая здоровье и мешая воспринимать все прекрасное. Своевременное лечение избавит вас от очень многих неприятностей.

С. Мерцалов



КОНСУЛЬТАЦИИ СПЕЦИАЛИСТОВ

Источником инфекции при этом являются как больные, так и здоровые носители. Основной механизм передачи - контактный (микротравмы, потертости, опрелость кожи и др.). Определенное значение имеет и воздушно-капельный механизм передачи стрептококка с первичным поражением носоглотки и последующим занесением микроба на кожу руками.

Рецидивирующая рожа, при которой возникают ранние и частые рецидивы (повторы) болезни, формируется после перенесенной первичной рожи вследствие неполноценного лечения, наличия неблагоприятных фоновых и сопутствующих заболеваний (варикозная болезнь вен, микозы, сахарный диабет, хронические тонзиллиты, синуситы и др.), развития иммунной недостаточности.

БОЛЬНЫЕ РОЖЕЙ МАЛОЗАРАЗНЫ

Женщины болеют рожей чаще мужчин. Более чем в 60% случаев рожу переносят люди в возрасте 40 лет и старше.

Инкубационный период - от нескольких часов до 3 - 5 дней. В подавляющем большинстве случаев заболевание начинается остро. **Начальный период болезни характеризуется головной болью, общей слабостью, ознобом, мышечными болями. У 25 - 30% больных появляются тошнота и рвота.** Уже в первые часы болезни температура повышается до 38 - 40°C. На участках кожи в области будущих проявлений у ряда

РОЖА



РОЖИСТОЕ ВОСПАЛЕНИЕ КОЖИ

РОЖИСТОЕ ВОСПАЛЕНИЕ — ЭТО ВОСПАЛЕНИЕ КОЖИ В РЕЗУЛЬТАТЕ ИНФИЦИРОВАНИЯ СТРЕПТОКОККОМ.

больных появляются чувство распирания или жжения, несильные боли. Чаще всего воспалительный процесс локализуется на нижних конечностях (60 - 70%), реже на лице (20 - 30%) и верхних конечностях (4 - 7%), очень редко лишь на туловище, в области молочной железы, промежности, наружных половых органов.

К остаточным явлениям рожи, сохраняющимся на протяжении нескольких недель и месяцев, от-

носятся пигментация кожи. На коже появляется небольшое красное или розовое пятно. Пятно представляет собой четко ограниченный участок красной кожи с неровными границами в виде зубцов, языков. Кожа в области эритемы инфильтрирована, напряжена, горячая на ощупь, умеренно болезненная при пальпации (больше по периферии эритемы). На фоне покраснения могут образовываться пузырьки. Могут появляться кровоизлияния различных размеров.

ЛЕЧЕНИЕ РОЖИ

Важнейшее место в комплексном лечении больных рожей (как и другими стрептококковыми инфекциями) занимает антибактериальная терапия (эритромицин, олететрин, доксициклин, спирамицин, азитромицин, ципрофлоксацин).

Больным рожей необходимо назначение комплекса витаминов группы В, витамина А, рутина, аскорбиновой кислоты, курс лечения - 2 - 4 недели.

Показана иммунокорригирующая терапия (метилурацил, нуклеинат натрия, продигозан, Т-активин, иммунал, настойка эхинацеи).

Из фитотерапевтических препаратов местно, на область воспаления, можно применять хлорофиллипт, ромазулан, настой коры черемухи, цветков сирени.

Тугое бинтование недопустимо. Иногда помогают от рожи избавиться деревенские знахари.

С.Кобрин

КРОВЬ И БОЛЬ НАШИХ СЛОЖНОСТЕЙ

Это место выглядит так. Если зрительно представить треугольник, то в основании будет лежать дорога между Православным Храмом и молитвенным домом. Венчать же главу треугольника будет один из корпусов больницы. Кто бывал в этом районе, знает, о какой больнице речь. На втором и третьем этаже корпуса расположены хирургические отделения. Самое сложное для лечащихся в этих стенах даже не подготовка к самой операции. Зачастую психологически пациент готов к ней. Не сама операция - под анестезией можешь

спать спокойно.

А недели, порой месяцы (зависит от сложности перелома, травмы) неподвижности, когда человек находится, например, на вытяжке.

Тогда все решают мелкие житейские вещи. Ведь мелочи тем и сильны, что их много. И ужасающе неприятны, когда человек неподвижен. И даже отправление естественных нужд, для стыдливого, становится проблемой.

Поэтому не будем интересоваться квалификацией врачей. На поселке слышал о них только хорошее.



БОЛЬНИЧКА

Слава богу, в наш мединститут из тридевяти царств за валюту поступать рвались.

Памятуя, что бытие определяет здоровье, интересуюсь все больше «бытовухой».

Поднявшись на третий этаж, обращаюсь к женщине в халате.

- Доброе утро, давно вы здесь?
- Пятый день пошел.

Разговор идет непринужденный, над головой - чердачный лаз, куда дама пускает клубы дыма. Пепел от «Честера» она изысканно стряхивает в консервную банку от кильки, хитроумно притороченную к перилам.

- Кормят как?

- Я вообще-то домашнее ем... Но терпимо. Два раза в сутки. Утром кашка. Даже овсянка бывает. Чай сладкий... (упор на слове - «сладкий»).

- В пакетах?

- Нет.

Значит, в выварке с алюминиевым черпаком.

В обед чаще борщ (овощной суп, разумеется), но с хлебом. Два кусочка. Бывает суп с клецками, тоже с хлебом. На второе каша. Суп, с ее слов, вкусный и горячий. Самому попробовать не довелось.

Ужина нет - ужин нужно, по-суворовски, врагу отдавать. Тот же враг, судя по всему, свистнул и полдник, и творог, и масло, и мясо, и рыбу с печеньем. Старое меню сохранили - как раритет, очевидно.

Про себя отмечаю: в коридорах чистота идеальная... Захожу в палату. Палата как палата. Чисто, воздух не застоявшийся. Об уюте в больнице говорить нетактично. Матрацы новые, белье явно меняется исправно. И тепло-тепло. О тепле особо. На поселке, где преимущественно частный сектор, газ для большинства - редкость. Тепло ценить научились, деревяшки, как металл, собирают. А ну-ка, 80 у.е. грузовик угля, а по нынешней зиме - два. Короче, тем, что в палатах тепло, хвастались (по-иному говорить не хочется) человека три.

На тумбочках какой только снеди нет: и соки, и творог (кальций), и неизменная вареная курица, и цитрусовые, и копчености. Зная поселок, в котором нахожусь (шутка ли, две шахты закрыты), подозреваю, что у большинства родственников больных дома сейчас шаром покати.

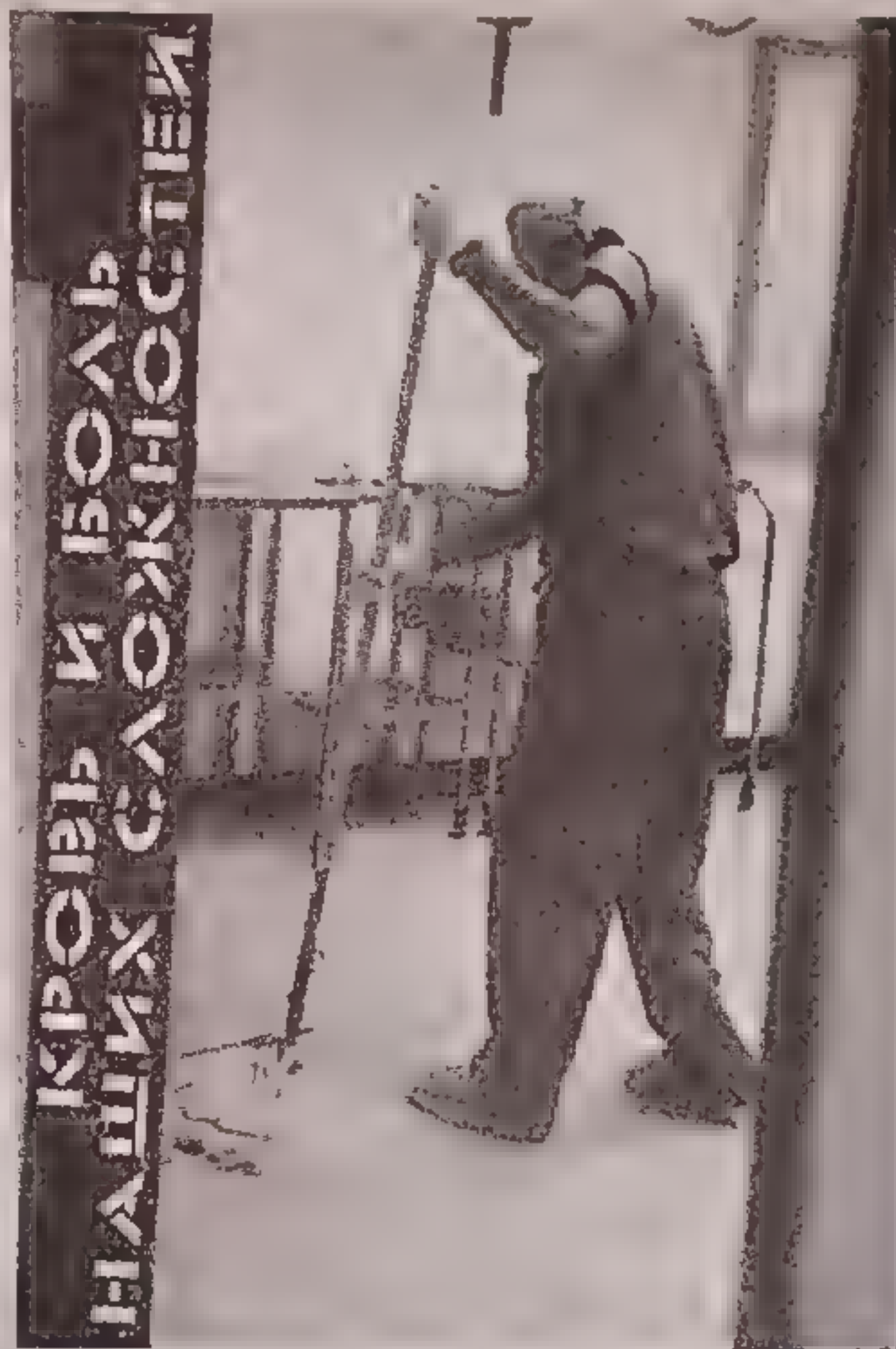
Суворовцы, наверное, в Альпах ужин отдавали, следуя местной традиции. Наши предпочитают и ужин, и обед, и завтрак ближнему отдать. Лишь бы выздоравливал. А супостат подождет.

Поэтому перловка, ячневая крупа и прочие деликатесы, столь не-

обходимые для желудка больного (особенно на вытяжке!), спросом не пользуются. Их великодушно отдают санитаркам.

Кстати, о них, труженицах. Пообщался я с несколькими. Это раньше, чтобы в мединститут вне конкурса поступить, шли на эту работу. Юные, сцепив зубы, таскали судно, бинты гнойные... Но знали: впереди, лет через восемь, у них профессия.

Не то сейчас. Санитар - профессия здесь уважаемая, 30 у.е. зарплата. Нogu перед ампутацией побрить - плати. Дальше продолжать?



Не надо? Это великие княжны да аристократки могли за бесплатно. Не те нынче времена.

В ходу тут поговорка: завел жену санитарку, заводи свинью. Та кочевряжиться не будет, не на вытяжке. Жрет и перловку, и хлеб недоеденный, а ячку любит особенно. Ее только породистым собакам нельзя, борзым, к слову, а свинье - запрос-то.

Платно-бесплатно, здесь таких понятий нет. В Конституции много чего сказано - недаром ночью голосовали... Рентген - 0,70 у.е., кардиограмма - 50 коп., кровь сдать на анализ - 10 или 20 коп., за незначительностью суммы забыл. Перечислять - полосы не хватит.

Но, справедливости ради, стоит сказать. Этажом ниже разговаривал с пожилой женщиной. Больница предоставила ей бесплатно шприцы (на весь курс лечения), систему, физраствор, витамины Б 1, Б 12, Б 6. Так что есть еще порох в пороховницах. Женщина эта - инвалид II груп-

пы по общему заболеванию.

Что ж это все о женщинах да о женщинах. Только потому, что мужики в ответ на вопросы все больше матерятся, но безадресно. То ли связываться ни с кем не хотят, то ли всем довольны.

Дорога мимо храма

Уже на выходе, возле санпропускника, столкнулся с мужчиной. Рука загипсована, а под гипсом...

Бутылки! Пустые пластиковые, чтобы в нужном положении руку фиксировать. Я себя чуть по лбу не хлопнул. Я, наивный, полагал, что бродяги их по помойкам собирают и сдают теткам-молочницам. Ан нет - «санитары помоек», оказывается, отечественную медицину поддерживают. Честь им за это и хвала. Какое-никакое, а спонсорство.

Разговор возник произвольно. Прикурить человеку непросто - я помог.

- Куда собрался? Раздетый, руку застудишь.

- Да тут недалеко, мимо церкви...

Недалеко и пустой кулек - это понятно.

- Не отравимся?

- Говорят, на пшенице отбитая.

Я вспомнил катаевский рассказ, но сказал: «Пойдем, мне тоже надо...»

Не новость, что пьет в больницах народ. Больничные с красной полосой с безработицей отмечены. О сильных обезболивающих тут давно забыли - не по карману.

А оно болит, да и тоска. Тогда возникает «сердобольная» тетушка: «Выпей, милок, глядишь, полегчает. А так, хрен уснешь, со спицей-то в кости. Тут недалеко. Не сомневайся, хорошая. Родственник годами гонит, и никто не обижался».

«Родственничек» - детина с недельной щетиной в фуфайке. Выдал нам две емкости, выговорив при этом, чтобы в следующий раз приходили со своей тарой.

Два пса кавказской заправки, бешено поводя глазами, рвали поводки. Добро хозяйское охраняют.

Да, думаю, это тебе не при царе Алексее Михайловиче водочную монополию нарушать. А тут ему, черту, тару пустую еще взамен.

Покрутив в руках сомнительное пойло, я презентовал его мужику.

- Возьмите, вам нужнее. Будь здоров.

- Бывай. Мы и бухаем-то, когда совсем припрет, ты не подумай...

- Чего мне думать-то, - ответил я. И пошел на трамвай.

В. Варава

Контактная коррекция зрения

К очкам люди относятся по-разному. Почему-то в школе очкарики — постоянный предмет для дразнилок и подначиваний. Хотя если попытаться выяснить у школьных весельчаков — чем же им так ненавистны очки на носу их товарища, вряд ли можно надеяться получить сколько-нибудь вразумительный ответ.

БРАТЯ-ОЧКАРИКИ — НЕ УНЫВАЙТЕ!

Пройдет совсем немного времени, и наши недруги сами будут ходить в очках! Рано или поздно очки надевают сейчас все. Или почти все. Уж если не специальные, то солнцезащитные — обязательно.

БЛИЗУРУКОСТЬ, ДАЛЬНОЗОРКОСТЬ...

Грустно, но многие врачи-офтальмологи не без оснований считают, что в третьем тысячелетии иметь проблемы со зрением будет практически все население Земли. А раньше, кстати, люди тоже страдали такими проблемами. Вот и придумали очки.

ГЛУПО ИМЕТЬ НЕЛАДЫ СО ЗРЕНИЕМ, И НИКАК НА НИХ НЕ РЕАГИРОВАТЬ

Некоторые близорукие барышни предпочитают всю жизнь шуриться, но не надевать очки. Ну и зря. Во-первых, от постоянного прищура образуются преждевременные морщины, а во-вторых, большинству из них очки просто к лицу — придают более, гм..., умный вид.

ЛАДНО, ЛАДНО. НЕ ХОТИТЕ НОСИТЬ ОЧКИ — НЕ НАДО

Современная медицинская наука в состоянии предложить выбор: очки, оперативная коррекция зрения или контактные линзы. В принципе, для каждого из предложенных на выбор вариантов существуют свои медицинские показания, и ложиться на операционный стол из-за близорукости в 1,5-2 диоптрии — идиотизм. Да и мало, нужно надеяться, найдется врачей, которые согласятся на подобную авантюру. Зачем шарить лазерным тесаком в глазу у пациента, когда есть очки и контактные линзы?



КОНТАКТНЫЕ ЛИНЗЫ ДАВНО ПЕРЕСТАЛИ БЫТЬ ЭКЗОТИКОЙ

Лет пятьдесят назад в одном захватывающем детективе была описана процедура поимки преступника, которого полицейские никак не могли вычислить. Он их долго дурачил, изображая из себя слепого. Вставлял для этого в глаза контактные линзы белого цвета — ни дать, ни взять — посттравматическая катаракта. На самом деле он все видел, но полиция-то этого не знала! А линзы ему по большому «блату» изготовил единственный чуть ли не на всю Европу доктор, умевший их делать. Полиция преступника, конечно, в итоге все же поймала, хотя и намаялась. И была страшно удивлена прогрессом в медицине, то бишь — контактными линзами.

С тех пор такими вещами никого уже не удивишь. Откройте любую газету, где печатают объявления на тему здоровья, и вы насчитаете там с добрый десяток адресов различных центров, в которых вам предложат линзы на любой вкус. Импортные, отечественные, близкостранные и далекозабугорные. Все зависит только от толщины вашего бумажника.

ЗАЧЕМ ЖЕ ВООБЩЕ НУЖНЫ КОНТАКТНЫЕ ЛИНЗЫ?

Для большинства людей на первый план выходят соображения красоты, желание в принципе избавиться от очков, хотя на самом деле у контактных линз много различных преимуществ.

Зрение становится более естественным, размеры предметов приближаются к настоящим. В очках форма и размеры предметов могут казаться искаженными. Не возникает искажений при движениях глаз, свойственных очкам, так как контактные линзы перемещаются вместе с глазом. Не ограничивается оправой очков поле зрения. При дожде или снеге капли или сне-

жинки не попадают на линзы. Контактные линзы не запотевают при изменении температуры и влажности. Если нужна коррекция зрения, сильно отличающаяся по своим параметрам для каждого глаза, то контактные линзы могут быть единственным способом, при котором оба глаза будут действовать согласованно. У некоторых людей с тенденцией к косоглазию достигается лучшее управление глазодвигательной активностью. При ношении контактных линз обычно уменьшается необходимость в частом изменении коррекции зрения.

Специальные лечебные контактные линзы могут защищать роговицу на время ее выздоровления.

Иногда контактные линзы являются единственным способом обеспечить хорошее зрение при повреждении роговицы, когда у нее неправильная форма. Специальные контактные линзы могут формировать зрачок, заменяя деформированную, отсутствующую вследствие травмы или болезни радужку. На слепом глазу, сильно отличающемся от здорового, могут в косметических целях использоваться контактные линзы, имитирующие зрачок и радужную оболочку, сходные по виду с другим глазом.

По непонятным причинам распространено мнение, что контактные линзы подходят только для коррекции близорукости, хотя на самом деле они пригодны при любых аномалиях рефракции, которые можно откорректировать с помощью очков, а иногда добиться значительного улучшения зрения можно только с помощью контактных линз.

Относительное исключение составляет пресбиопия (или возрастное изменение зрения), при котором коррекция требуется только для работы на близком расстоянии. Понятно, что невозможно постоянно снимать и надевать линзы, чтобы рассмотреть необходимые предметы на разном расстоянии. И хотя изобретены специальные пресбиопические линзы, широкого распространения они не получили.

Стоит, однако, иметь в виду, что при сочетании пресбиопии с какой-либо существующей ранее аномалией рефракции контактные линзы избавляют от необходимости пользоваться двумя очками — для дали и близкого расстояния.

КОНСУЛЬТАЦИИ СПЕЦИАЛИСТА

Постоянно находясь в линзах, обеспечивающих хорошее зрение вдаль, вы можете при необходимости пользоваться единственными очками для работы на близком расстоянии, не снимая линз.

Что же собой представляет линза вообще? Это и в самом деле линза, только маленькая, которая надевается непосредственно на глазное яблоко. Линзы подбираются строго индивидуально и только врачом. Бывают линзы мягкие, бывают жесткие. Внешне они практически незаметны, хотя опытный глаз в чужом глазу линзу всегда заметит, пусть она и не бревно. Чуть-чуть меняется блеск, чуть более выпуклым становится глазное яблоко, иногда вблизи чуть заметен дополнительный ободок вокруг радужки — вот, пожалуй, и все. Да! Еще люди с линзами моргают по-другому — не так часто, и изредка, в силу укоренившейся многолетней привычки, пытаются поправить на носу очки, которых там нет.

Человек, особенно близорукий, который долго носил очки, а потом поставил себе контактные линзы, в первое время испытывает самый настоящий шок. Такое ощущение, как будто ты долго-долго сидел под водой и смотрел оттуда на свет божий, а потом вдруг вынырнул и... Эйфория в первые секунды, минуты, часы и даже дни буквально захлестывает. Это ж надо! Все видно! Ценники в магазинах, номер троллейбуса, а какие ножки у идущей далеко впереди девушки!

А ЧТО ЖЕ ПОТОМ?

А потом эйфория проходит, и наступают будни. Оказывается, линзы желательно вынимать из глаз каждый вечер перед сном. Их нужно обрабатывать, закапывать в глаза специальные капли, беречь и леле-



ять эту пару почти невидимых кусочков пластмассы, чтобы максимум через год-полтора выбросить. К слову сказать, пятнадцать лет назад процедура ухода за линзами была еще сложнее. Например, их кипятили в специальном растворе. В этом смысле уход за очками во много-много раз менее обременителен.

ЕСТЬ И ДРУГИЕ НЮАНСЫ. ОНИ НАЗЫВАЮТСЯ: «ОСЛОЖНЕНИЯ КОНТАКТНОЙ КОРРЕКЦИИ ЗРЕНИЯ»

За последние годы количество осложнений при ношении контактных линз увеличилось с 7 до 21%. Чаще осложнения возникают при ношении мягких контактных линз, особенно длительного ношения.

ОСЛОЖНЕНИЯ ДЕЛЯТСЯ НА:

1. Механические.
2. Инфекционные.
3. Токсико-аллергические.
4. Гипоксические.

МЕХАНИЧЕСКИЕ: возникают в случае плохого качества поверхности контактной линзы (царапины, плохо отполированы переходы); при попадании инородного тела в подлинзовое пространство. Вызывают повреждение роговицы, затем могут присоединиться инфекционные осложнения.

ИНФЕКЦИОННЫЕ: бактериальные инфекции — по данным ВОЗ, (1999 г.) частота риска бактериальных кератитов при ношении контактных линз увеличивается в 10-15 раз у тех, кто оставляет контактные линзы на ночь. Риск также увеличивается при дистрофических изменениях роговицы (могут быть вызваны нерациональным применением кортикостероидов, антибиотиков, анестетиков), при ношении некачественных контактных линз. Грибковые инфекции (поражения роговицы — кератиты) вызываются различными видами грибов, попадающими с землей, водопроводной водой, травой и т.д. Колонии грибов очень хорошо развиваются в физиологическом растворе при длительном хранении в нем линз. Профилактика — частые осмотры, использование растворов для контактных линз. Говорят, особенно хорошо использовать Аосепт — это перекисная система очистки для мягких и жестких контактных линз. Хламидийные конъюнктивиты составляют 10-15% от всех конъюнктивитов. В основном болеют молодые люди. При несвоевременной диагностике и неправильном лечении заболевание длится 6-12 месяцев.

Хламидийные конъюнктивиты напрямую связаны с урогенитальными хламидийными инфекциями, которые протекают бессимптомно. Переносятся контактным путем. Реже возбудитель попадает с водой из непроточных источников (часто из бассейнов). Хламидии легко проникают в мягкие контактные линзы. Аденовирусные конъюнктивиты тоже очень хорошо развиваются в мягких контактных линзах.

Короче. Если вы переболели гриппом, ОРЗ или сами знаете чем — линзы придется выбросить.

ТОКСИКО-АЛЛЕРГИЧЕСКИЕ ОСЛОЖНЕНИЯ: связаны с непереносимостью полимерных материалов, из которых сделаны контактные линзы, химических средств очистки, алергизирующими факторами являются также органические отложения. Осложнения бывают на тимеросал и хлоргексидин, содержащиеся в некоторых растворах для линз.

ГИПОКСИЧЕСКИЕ ОСЛОЖНЕНИЯ: частые причины — недостаточное питание роговицы кислородом из-за ношения контактных линз с низкой кислородопроницаемостью (особенно если не снимать их на ночь)



и неправильный подбор линз (слишком маленький радиус кривизны линзы). Гипоксия начинается с чувства жара под контактной линзой (из-за повышения количества углекислого газа и повышения температуры под контактной линзой). Постепенно появляются изменения со стороны роговицы, которые требуют временного прекращения ношения контактных линз и лечения. Чем раньше будет выявлена гипоксия, тем легче ее лечить.

Вот так вот, господа хорошие. Существует легенда, будто человек, который носит линзы, быстро к ним привыкает и в дальнейшем пойдет на все, чтобы их всегда использовать. Может, оно и так. Только никто не ведет статистического учета количества тех людей, которые, раз попробовав носить контактные линзы, навсегда отказались от их использования в будущем. Как всегда — есть две стороны истины.

Очки пока рано выбрасывать на свалку истории, они еще пригодятся.

Профессор Алекс Митчел

А ВАМ, СЛАБО?

Другие придут, сменив уют на риск...

ЧТО Ж, ПОГОВОРИМ
С ИГРОКОМ

Помните, у Высоцкого: «как вечным огнем, сияет днем вершина изумрудным льдом, которую ты так и не покорил...» Когда была задумана эта тема, лишь немногие знали о существовании в организме человека гормона мозгового слоя надпочечников - адреналина.

Ныне серьезные, взрослые люди, которые с немалой долей удивления взирали на этих припорошенных скалопазов, альпинистов, каскадеров, сейчас утверждают, что им просто необходимо время от времени ощущать необычные по силе, остроте и красоте чувства.

Оказалось, что это возможно лишь благодаря резкому увеличению процентного содержания адреналина в крови.

Существует устойчивое мнение, что всяческого рода экстремальные ситуации и связанное с повышенной опасностью времяпровождение провоцирует адреналиновый всплеск.

А коль так, всегда находится достаточно желающих рискнуть, чтобы заставить свой организм дарить им суперчувства. Тем более что ощущать их нынче стало престижным занятием.

Мало того, для многих основной потребностью стало, «лихо отрываясь», прожить день сегодняшний. А день завтрашний что сулит, так то мы еще посмотрим. После нас хоть потоп. Судя по разговорам, именно переживания, связанные с адреналином, помогают им сменить тоскливое прозябание на пиршество чувств.

Стоит ли стремиться переживать отчаянные ситуации, работать или отдыхать в экстремальных условиях, влияет ли «экстрим» на характер, здоровье, самоощущение человека - об этом расскажут люди, знающие о риске и «всплеске адреналина в крови» не понаслышке.

ИГРОК СО СТАЖЕМ

Сейчас он игрок казино (настоящее имя, разумеется, опускаем). И инструктор по альпинизму, скалопаз. В обычной жизни - один из руководителей предприятия, занимающегося покраской, облицовкой высотных объектов. Назовем его Влад Выдрин.

- Моя легальная профессия не столь опасна для жизни, - улыбается анонимный игрок казино. - Бизнес - довольно пресный вид деятельности. Видимо, поэтому тягу к острым ощущениям восполняю посещениями казино. Хотя, честно говоря, не хотелось бы стать участником поножовщины, стрельбы или прочих «нецивилизованных» разборок. Но мне, к счастью, подобных проявлений несдержанности за игорным столом наблюдать не приходилось. То ли дело лет двадцать назад. Прихожу я как-то домой и заявляю жене: «Дорогая квартира уже не наша, машина тоже, на время перебазируемся во флигель». Она мне такой «экстрим» устроила... Но люди вошли в положение, рассчитался только за половину «проигрыша».

Возможно, сам я прихожу в казино не ради выигрыша (будучи довольно состоятельным человеком, я могу заработать необходимое количество денег), а ради завораживающего обаяния игры

ВОТ ТАКИЕ ПЕРЕЖИВАНИЯ, ТАК СЕРДЕЧКО ПОСТУКИВАЕТ

Игра притягивает, как наркотик. Единственное, чего нужно опасаться, чтобы этот наркотик не стал страстью всей жизни, как у некоторых здешних завсегдатаев. Впрочем, пока удается себя контролировать, но кто знает, что будет завтра.



С Владом созвониться не удавалось, колоть на разговор пришлось на работе. Подкравшись (скользко) к краю крыши, я заглянул вниз и с трудом заставил себя не отшатнуться. Внизу была бездна, люди копошились, словно насекомые. Машины, размером со спичечный коробок, сновали по улице. Хозяйски восседавая на хлипком сооружении типа детской «тарзанки», на фоне стены копошилась фигурка. Это и был Влад.

- Что я тебе могу сказать, Саня? Человек не может время от времени не ошибаться, зато может научиться преодолевать страх. В этом суть. Вообще я не люблю об этом говорить. Столько всего было за двадцать-то с лишком лет... Камнепадом перебивало страховку, заводской карабин разлетался, словно стекло. Ты вот о чем напиши.

КОГДА СТОИШЬ НА ВЕРШИНЕ, ЭТО ТАКОЙ КАЙФ!

Ты задыхаешься от восторга, а если рядом твой друг, с кем ты шел в связке... Нет ближе человека на земле. О чем ты? Какие карты, какие женщины? Да это суррогат какой-то. Помнишь картины Рериха? Мне кажется, он осязаемо прикоснулся к красоте гор. Эти цвета «тепла и серебра», эта фантазмагория оттенков. Он писал утром, на восходе.

Итак, «профессионал-экстремал» и любитель острых ощущений поделились с читателями историями из своей жизни.

СЛОВО

ЗА ПСИХОЛОГОМ А.ВЕРБОВ:

- Выбрать именно тот, а не иной жизненный путь героя подвигло стремление к самореализации, желание победить собственные страхи. Приобрести некое особое положение, овладев «необычной» профессией. Причем, чем более человек становится мастером своего дела, тем меньше вероятность «всплесков адреналина в крови». Во всяком случае, подобных прежним по силе и остроте ощущений. Если же человек вел экстремальный образ жизни лишь ради самих ощущений, то его неминуемо ждет разочарование в себе, в своем деле.

Впрочем, судя по всему, нашему герою подобные переживания не грозят. Их выбор осознанный. Этим людям сильные эмоциональные переживания помогают полнее ощутить себя и свою жизнь.

А.Варава

Вскрытие показало...

О том, что наркотики разрушают организм, догадываются все. Но вот насколько сильно разрушают, значит только врачи-патологоанатомы, которым доводится вскрывать тела погибших наркоманов. Детальную картину разрушения внутренних органов при опийной наркомании описали специалисты Российского центра суд.-мед. экспертизы Минздрава РФ. Разрушения затрагивают все внутренние органы и доводят их до состояния, несовместимого с жизнью.

Медики исследовали тела 19 мужчин и одной женщины в возрасте от 15 до 38 лет. Все они страдали опийной наркоманией. В большинстве случаев они погибли от острого отравления морфином, хотя в трех случаях смерть наступила от других причин. Чтобы детально изучить степень поражения внутренних органов, исследователи не ограничились внешним и внутренним осмотром, а зафиксировали органы в формалине, заключили в парафин, изготовили срезы и изучили их под микроскопом.

Состояние тел было просто удручающим - все внутренние органы поражены многочисленными кровоизлияниями.

При детальном анализе медики выявили еще большие разрушения организма. Головной мозг был отекающим и набухшим, в различных его подкорковых частях обнаружены кровоизлияния. Изменения затронули даже клетки коры мозга и подкорковых ядер, причем изменения были такими, какие возникают при ишемии - недостатке кровоснабжения. Легкие наркоманов оказались также поражены кровоизлияниями, у некоторых из них встречались эмфизема, бронхопневмония или очаговый туберкулез. Разрушения



захватывали и сердце: медики наблюдали признаки фибрилляции желудочков, изменения в клетках сердечной мышцы и сосудах сердца. Сердце наркоманов напоминало сердце больных ишемической болезнью. В мелких сосудах иногда встречались тромбы.

Органы пищеварения также были не в порядке: очень часто на слизистой желудка обнаруживались многочисленные язвы. Миндалины наркоманов увеличены, как при хроническом тонзиллите. По мнению исследователей, это свидетельствует о тяжелом расстройстве иммунной системы. Печень была сильно увеличена, ее ткань уплотнена, а красный цвет указывал на заболевание, известное под названием «боль-

шая красная печень». При исследовании печени под микроскопом ученые наблюдали картину хронического гепатита. Изменения затронули и поджелудочную железу.

В почках наркоманов оказались утолщены стенки капилляров. В семенниках было подавлено образование сперматозоидов. Увеличивались селезенка и лимфатические узлы, изменялось клеточное строение щитовидной железы, намечалась тенденция к образованию зоба. В надпочечниках атрофировалась кора, в ее составе уменьшалось количество липидов. Специалисты расценивают это как полное истощение нейроэндокринной и иммунной системы. Можно говорить и о наркогенной прогерии, т.е. ускоренном старении всех органов, которую вызывают опийные наркотики.

Медики считают, что наблюдаемая картина разрушения органов типична для хронических наркоманов.

Они надеются, что выявленные ими особенности помогут при диагностике отравления наркотиками. К сожалению, эту диагностику будут проводить уже не врачи, а патологоанатомы и судебно-медицинские эксперты. Как показало исследование, наркотики абсолютно несовместимы с жизнью.

С.Корнев



РЕКЛАМНЫЙ КАФТАН С ЧУЖОГО ПЛЕЧА

НАБЛЮДЕНИЯ О РЕКЛАМЕ РЯДОВОГО ПОТРЕБИТЕЛЯ

Многим из нас знакома такая ситуация: купив широко разрекламированный продукт, очень быстро обнаруживаешь, что его достоинства мнимые. После этого наступает разочарование не только в неудачной покупке, но и в любой рекламе. Наиболее категоричные покупатели сразу делают вывод, что всякая реклама - сплошной обман и, как говорится, «хорошее в рекламе не нуждается». Так ли это?

О том, какие приемы используются в рекламе лекарственных препаратов и продуктов и как понять, хорош или плох рекламируемый товар, размышляет кандидат биологических наук Е. Чепыжова.

Улыбающийся герой ролика провозглашает с экрана: «Съел таблетку и - порядок!» Это - откровенная реклама. Как и любое явление нашей жизни, она существует в самых разнообразных формах. К сожалению, сегодня часто нам предлагают совсем не лучшие ее образцы. Хотелось бы поделиться некоторыми наблюдениями с позиции рядового потребителя, какими и являются большинство наших читателей.

ПРАВДУ, И ТОЛЬКО ПРАВДУ!

Иногда реклама заведомо лжива. Вот простой пример: надпись на бумажном пакете - «Сок 100 %, без добавления консервантов».

Технологам-пищевикам известно, что длительное хранение сока в бумажных пакетах без использования консервантов просто невозможно.

В лучшем случае это - натуральный концентрат, полученный выпариванием жидкости из плодов и разведенный водой до исходной концентрации.

Также грешит против истины и надпись: «йогурт содержит живые бактерии», если пакетики с йогуртом имеют срок хранения более пяти дней.

По словам экспертов Националь-

ного фонда защиты потребителей, «живые йогурты» хранятся максимум неделю. Чтобы убедиться в том, что это так, приготовьте дома простоквашу из цельного молока и поставьте ее в холодильник. Через пять дней, самое большее - через неделю простокваша вздуется, станет горькой, более плотная часть ее отделится от сыворотки. Это результат действия тех самых «живых бактерий», которые есть в простокваше и которые отсутствуют в боль-



шинстве продуктов, гордо величающих себя «йогуртами».

Живые бактерии дышат, питаются, выделяют продукты жизнедеятельности, поэтому молочнокислые продукты просто не могут выглядеть через неделю так же, как в день изготовления.

Прилавки таят в себе множество рекламных уловок, и надо обладать немалым интеллектом, чтобы их «раскусить».

Более того, иногда в продукте, названном «йогуртом», никаких бактерий нет совсем. Почему? Просто сделан не совсем корректный перевод: перевели - «йогурт», а по-английски (по-французски) было - «молочный десерт», что вовсе не предполагало присутствия живых молочнокислых бактерий. К счастью, уже

принят государственный стандарт на йогурт, который соответствует мировому. Он регламентирует не только наличие этих самых бактерий, но и их количество в одном миллилитре продукта.

ЕЩЕ ОДИН ПРИМЕР:

«ПРИБОР ЗАЩИЩАЕТ ОТ ВСЕХ ВИДОВ ИЗЛУЧЕНИЯ».

Реклама предлагает брать его с собой в метро, класть на стол при работе на компьютере, а лучше и вовсе не расставаться с ним при любых видах деятельности.

Однако те из нас, кто прошел курс гражданской обороны, знают: от наиболее опасного вида излучения (g-излучение) можно защититься только с помощью свинцового жилета. Какое же отношение имеет к такой защите прибор, который можно носить с собой в сумочке? Да ведь за это мало дать Нобелевскую премию! Почему же Комитет по Нобелевским премиям «зажимает» такое замечательное открытие? Да потому, что его не было. Как и прибора, защищающего от всех видов излучения.

ПЕРЕВЕРНУТАЯ ПРАВДА

Читаю на упаковке подсолнечного масла: «Не содержит холестерина». У неискушенного покупателя может возникнуть представление о том, что это какое-то особенно полезное масло, раз оно не осквернено страшным словом «холестерин». На самом же деле все обстоит гораздо проще. Любое растительное масло - кукурузное и подсолнечное, соевое и арахисовое, марки «Олейна» или купленное на рынке - холестерина не содержит. Потому что холестерин - это животный жир, которого в принципе не может быть в продуктах растительного происхождения.

ЧТО ЭТО? ОБМАН?

Нет, ведь растительное масло действительно не содержит холестерина, и потому оно полезнее масла сливочного.

Это правда, но перевернутая, вернее, повернутая к нам так, чтобы побудить нас купить именно это масло. В этом, в сущности, цель любой рекламы.

Та же самая уловка скрыта и в утверждении: «Кастрюли из особой медицинской стали, на которой не могут размножаться бактерии». Действительно, не могут. Потому что бактерии размножаются на питательных средах - на молоке, хлебе, овощах, тканях живых организмов. Причем, как человек, проработавший несколько лет в микробиологической лаборатории, могу заверить - бактерии при этом проявляют удивительную привередливость. Чтобы они хорошо росли, для них готовят специальные смеси - что-то вроде густого мясного бульона, добавляют туда витамины и питательные вещества, создают необходимое кислотно-щелочное равновесие да еще и поддерживают оптимальную температуру. Но чтобы бактерии размножались на стальной поверхности, независимо от того, носит ли она гордое имя «медицинской» или нет... В это ни один микробиолог не поверит. И не только микробиолог. Любой здравомыслящий человек.

ПРАВДА, НО НЕ ВСЯ

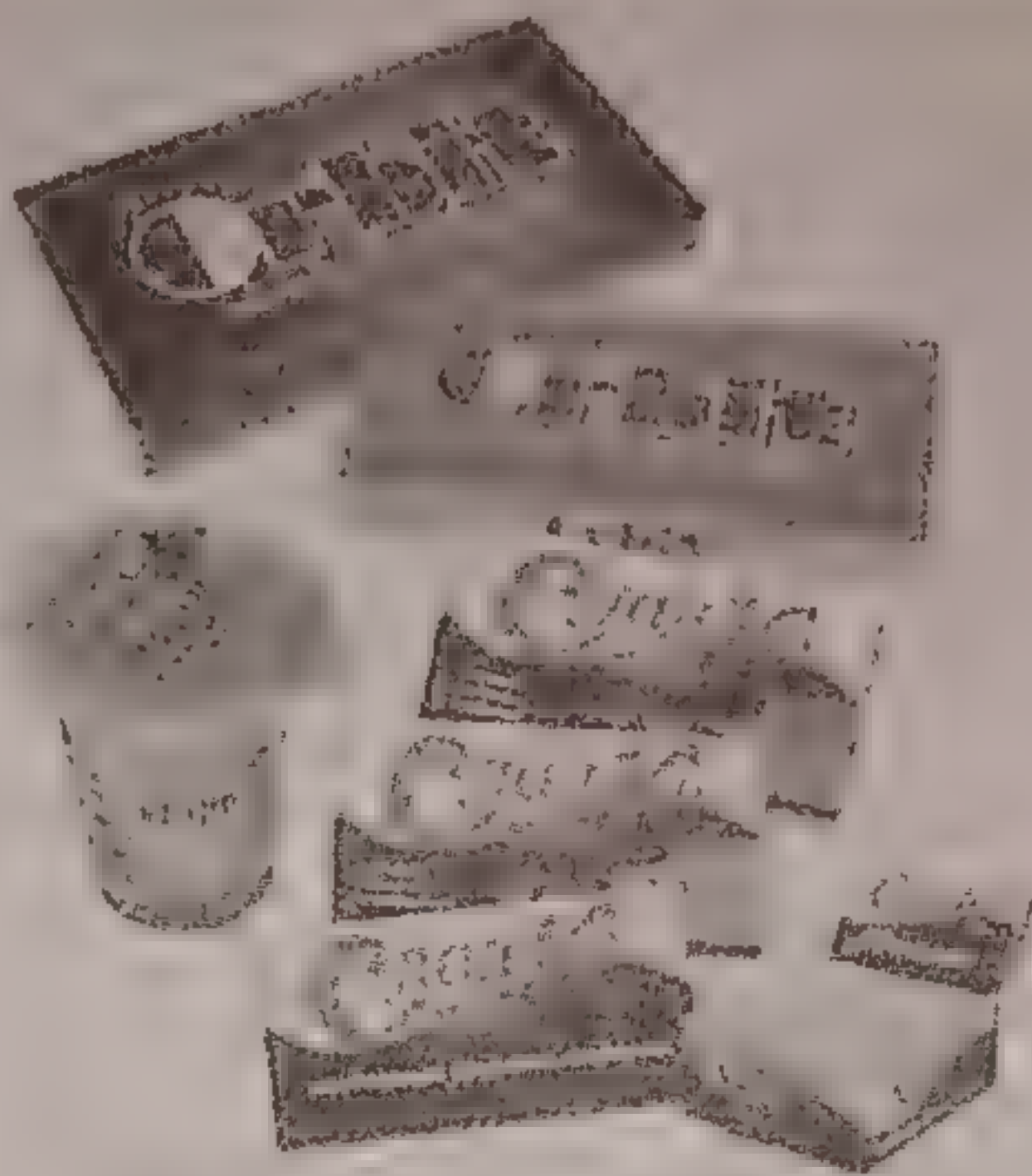
Иногда, с целью привлечь внимание покупателя, реклама дает достоверную информацию. Но выводы из нее делаются неверные. Типичный пример: «Жевательная резинка с ксилитом защищает ваши зубы от кариеса». Ксилит, действительно, менее вреден для зубов, чем сахар, потому что в его присутствии бактерии, разрушающие зубную ткань, практически не размножаются.

Но это совсем не означает, что жевательная резинка с ксилитом может защитить зубы от кариеса.

По мнению специалистов из Центрального научно-исследовательского института стоматологии, жевательная резинка играет весьма незначительную роль и в очистке зубов. Она просто увеличивает слюноотделение, и остатки пищи легче смываются с зубной эмали. Но если сравнить различные способы чистки зубов: зубную щетку, интенсивное полоскание, употребление твердых овощей или фруктов после еды, то жевательная резинка займет в этом ряду самое последнее место. Конечно, жвачка с ксилитом менее вредна, чем с сахаром, но почему бы

просто не почистить зубы?

Этот же прием (правда о товаре, но отнюдь не вся) используется и в рекламе шампуней от перхоти. Действительно, компоненты шампуней способствуют очищению кожи головы от чешуек. На первый взгляд, рекламное обещание выполняется: помыл голову - и ни следа перхоти. Однако через некоторое время перхоть появится снова - удаление чешуек проблему перхоти не решает.



Перхоть - грибковое заболевание, лечить которое нужно под контролем специалистов, причем не один месяц.

Чтобы уничтожить грибок, нужны лекарственные шампуни и препараты. Регулярно применять их опасно.

БОРЬБА С ВЕТРЯНЫМИ МЕЛЬНИЦАМИ

Не так давно, но довольно прочно вошло в нашу жизнь словечко «шлаки».

Под знаменем борьбы со шлаками «на ура» проходит рекламная кампания огромного количества пищевых добавок, средств для похудения, травяных чаев, продуктов питания. Достаточно написать «выводит шлаки и токсины», и успех обеспечен. Вся страна уже несколько лет борется со шлаками. А существуют ли они, эти самые шлаки? Попробуем разобраться.

«Шлаки» - это что-то ненужное, лишнее.

Почему же в нашем организме происходит накопление чего-то ненужного? Продукты жизнедеятельности обычно выводятся из организма. Вспомним школьный курс биологии: почки выводят воду и соли, кишечник - непереваженные остатки пищи, печень участвует в жировом обмене, ферменты расщепляют белки, жиры и углеводы. Все уравни-

новешено: синтез новых веществ и распад старых, потребление и выведение отходов, вроде бы в нормально работающем организме ничего не должно накапливаться. И не накапливается! Ведь если бы в нем что-то накапливалось, то тонкое биологическое равновесие тут же было бы нарушено, и человек заболел бы по-настоящему. Если подобное и происходит и человек на самом деле заболевает, то никакие травяные чаи и отруби ему не помогут - нужно лечиться специальными медикаментами под контролем специалистов.

ОТКУДА ЖЕ ВЗЯЛАСЬ ЛЕГЕНДА О ШЛАКАХ?

Сотрудник Московской медицинской академии им. И. М. Сеченова кандидат медицинских наук Игорь Николаевич Сокольский однажды пошутил, что термин «шлаки» ввел в медицину средневековый врач Парацельс, когда лечил рабочих рудников, в организме которых действительно могли накапливаться вредные примеси. Есть ли в этой шутке доля истины - сказать трудно. Но в любом случае о «шлаках» забыли уже в шестнадцатом веке, для того, чтобы вспомнить... в конце двадцатого.

РЕКЛАМНАЯ МИМИКРИЯ

Наверное, все помнят замечательный шоколад производства фабрики им. Бабаева. Назывался он «Вдохновение». В аккуратной плоской коробочке с изображением Большого театра и силуэта балерины - кусочки высококачественного шоколада с орехами, каждый в отдельной серебристой обертке. Стоил такой шоколад недешево, но цена была оправдана его качеством. Его и сейчас можно встретить в продаже.

Купив однажды коробочку со знакомой картинкой, обнаружила, что шоколад в ней вовсе не тот. И качеством похуже, и без орехов, и кусочки не упакованы отдельно.

Да и не в коробочке, а в простой обертке. И называется по-другому: «Полет». Покупатель реагирует на встречу со старым знакомцем, не присматриваясь к деталям, и радостно платит высокую цену за самый обычный шоколад. Хотя какие могут быть претензии - шоколад-то совершенно другой. Этот же трюк использовали производители печенья «Юбилей», которое от всем известного «Юбилейного» отличается «только лишь» названием и вкусовыми качествами.

**Кандидат биологических наук
Е. Чепыжова**

(Окончание следует)

Куры в красном свете



Трудно поверить, но в начале XX века в США куры считались деликатесом. Они были одним из самых дорогих пунктов ресторанного меню. Даже бифштексы и омары были дешевле.

Приблизительно через столет курятина перешла в противоположную категорию - она стала едой обычных людей. Конечно, это произошло благодаря современным птицеводческим технологиям. Наука создала суперкуриц, которые очень быстро растут, значительно крупнее своих обычных собратьев и несут гораздо больше яиц. Но все имеет свою цену - куры стали более агрессивны, ведь первоначально их разводили для петушиных боев, а не для еды.

И конечно, агрессивные куры склонны к убийству себе подобных, что снижает доходы фермера.

Кроме того, разведение кур стало бизнесом с высоким уровнем конкуренции. Так что не удивительно, что владельцы птицеферм очень стараются снизить свои расходы.

В течение 1950-х было установлено, что при красном свете куры

становятся менее агрессивны и из-за этого потребляют меньше корма. К тому же они лучше несутся. Все это означало большие доходы для владельцев птицеферм. К сожалению, такое освещение неудобно для работников, так что возникла необходимость в другом подходе.

Кто-то предложил надевать на кур очки с красными стеклами.

Но тут, знаете ли, возникла проблема - очки спадали с куриных голов. Дзинь! И вдребезги...

Короче, дурацкая это была мысль. Все вернулось на круги своя.

И ВОТ, НОВЕЙШИЙ СПОСОБ - КРАСНЫЕ КОНТАКТНЫЕ ЛИНЗЫ ДЛЯ КУР

Жил-был в начале 1960-х человек по имени Ирвин Вайз, владевший фермой в северной Калифорнии. Однажды заезжий коммивояжер рассказал ему, что куры, больные катарактой, ведут себя лучше, чем их сородичи с нормальным зрением.

МИСТЕР ВАЙЗ СРАЗУ ПОНЯЛ: ХОЧЕШЬ БЫТЬ БОГАТЫМ - ВОЗДЕЙСТВУЙ НА ЗРЕНИЕ КУР

Но как?

Ослепить кур? Но это негуманно. Хотя курица - не птица и уж тем более не человек. Кроме того, слепая курица это не то же самое, что курица с катарактой. Она может и не выжить после ослепления.

Тогда Ирвин решил, что надо создать контактные линзы для птиц. Создал. Но, к несчастью, они делали то, чего он хотел избежать, - линзы ослепляли кур. Тогдашние технологии не позволяли сделать подходящие для птичек линзы. В итоге компания Ирвина потерпела крах.

ОПЯТЬ ТУПИК?

Но вот тут-то на смену пришел его сын - Рэндалл И. Вайз.

Рэндалл окончил колледж и основал в Бостоне очень успешную компанию по производству программного обеспечения. Через восемь лет

он ее продал за несколько миллионов долларов, чтобы на эти деньги воплотить розовую (или голубую) мечту своего детства - создать контактные линзы для кур.

ВСЕ, ЧТО ЕМУ ПОНАДОБИЛОСЬ, - ЭТО УСОВЕРШЕНСТВОВАТЬ ЛИНЗЫ, КОТОРЫЕ УЖЕ ПРИДУМАЛ ЕГО ОТЕЦ.

Правда, пришлось слегка повозиться, поэкспериментировать, подключить современные технологии, забраковать пару сотен линз, прежде чем были придуманы те самые - подходящие. Но дело стоило того!

Когда в 1989 году линзы для кур появились, их продавали по 20 центов за пару или по 15 центов, если покупать оптом. Чтобы поместить эти линзы в глаза курицы, достаточно просто крепко подержать ее голову несколько секунд.

ЛИНЗЫ ДОЛЖНЫ ОСТАВАТЬСЯ В ГЛАЗАХ ПОСТОЯННО.

При успешном использовании линз цена производства одного яйца снижается на 1/3 пенни. Если учесть, что крупные птицефермы производят до полумиллиона яиц в день, то получается - куриные линзы позволяют экономить миллионы долларов за год.

Иногда, правда, эти линзы выпадают, так что продукт нуждается в доработке, но это уже детали.

ОДНАКО ОКОРОЧКА, ОКАЗЫВАЕТСЯ, РАСТУТ НЕ ТОЛЬКО НА ГОРМОНАХ!

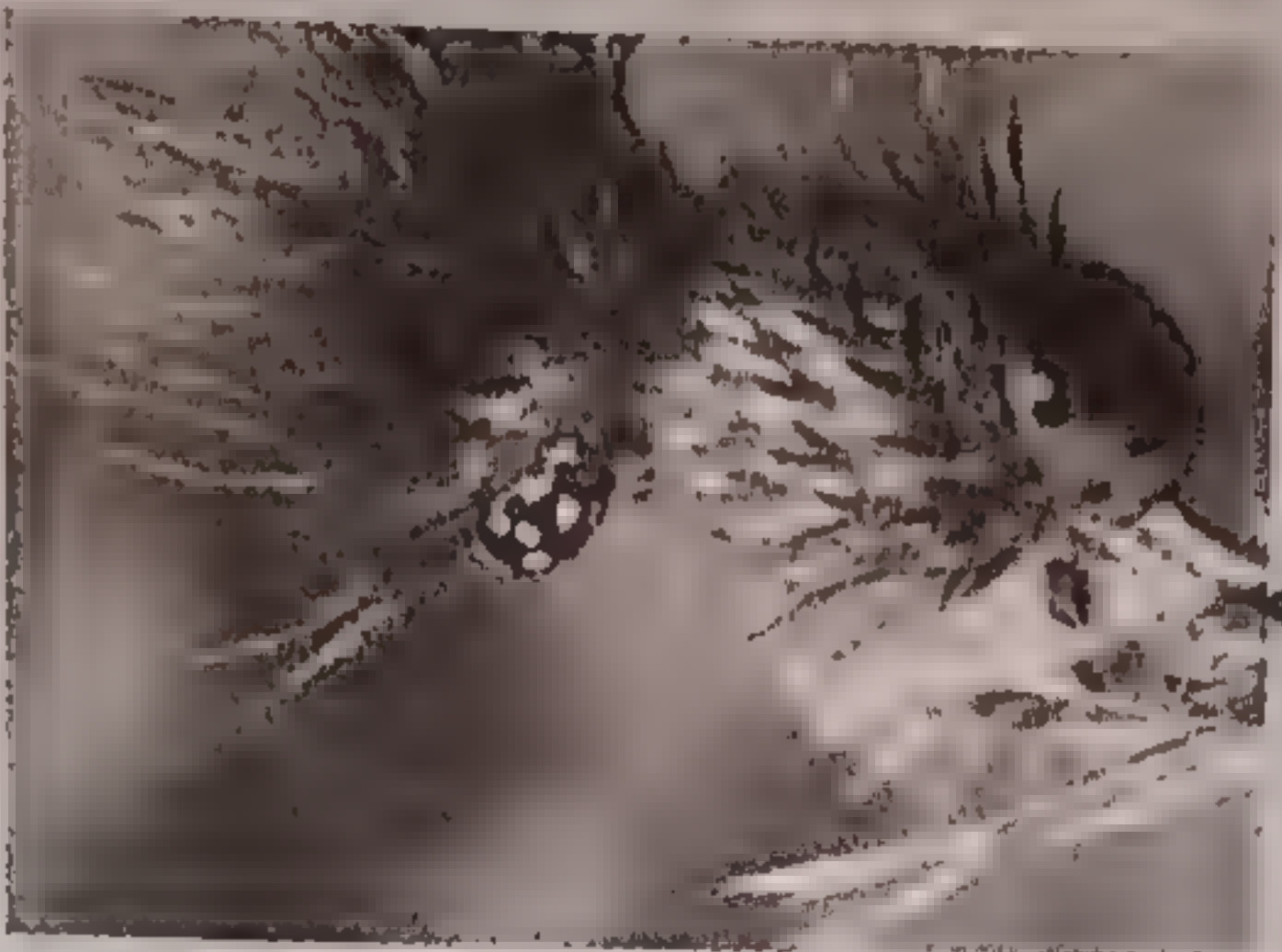
Да. А что получится, ежели контактные красные линзы быку вставить?



ЧЕРТОПОЛОХ ТОЖЕ НЕПЛОХ

Как-то «разыгрался» мой геморрой. Кишка воспалилась, шишки повылезали. Боль, кровотечение... Хорошо, дело летом было. Я кое-как за поселок поковылял - там на пастбище чертополох рос. Нарвал красных корзиночек и принялся болячку умирять. Три головки 0,5 литра крутого кипятка залью да на 5-6 мин на водяную баню поставлю. А потом теплый отвар по полстакана трижды в день за полчаса до еды и пью. Кровотечение почти сразу прекратилось. А через неделю где-то и узелки пропали. Слава богу, обошлось все.

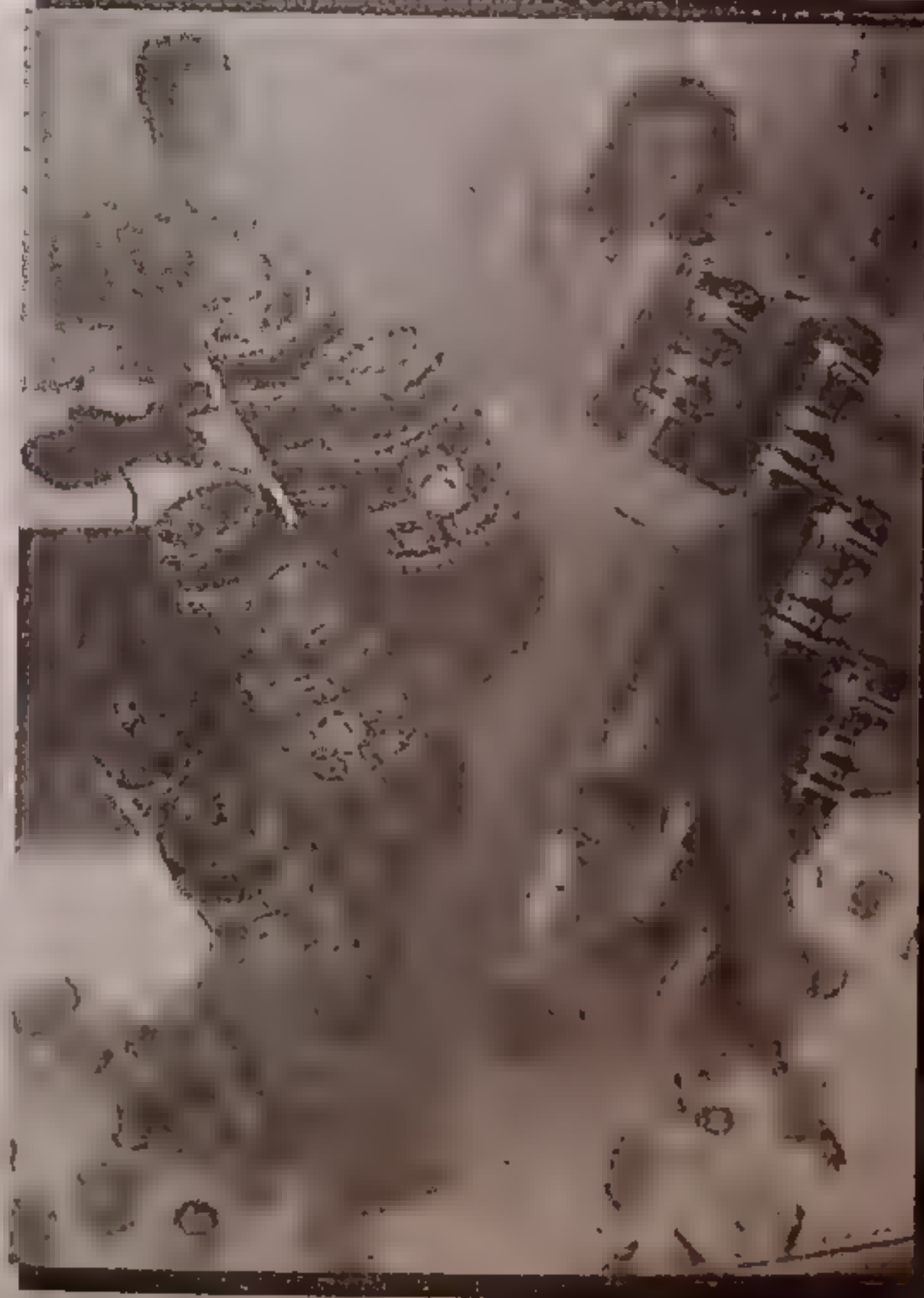
Ф. Платонов,
г. Мариуполь



ОПАСНЫЕ ШТУЧКИ ОТ ПЕННОЙ ШИПУЧКИ

На прошлый Новый год я сильно перепила шампанского. Последствия были ужасны: головная боль, потеря ориентации в пространстве, боль в желудке, учащенное сердцебиение, звездочки в глазах. Зареклась: «Больше ни-ни!» Но русскому человеку прожить без спиртного совершенно невозможно. У нас эти напитки сопровождают все маломальски значимые события в жизни. Вот и решила я выбрать наиболее безопасное питье. Шампанское отпадало сразу. Как утверждают бывалые алкоголики, от него самое тяжелое похмелье. На втором месте по «вредности» стоит пиво. Его смесь с водкой вообще убийственна. Не лучше на утро и от коньяка, виски, красного вина и бренди. Лучше всего себя чувствуешь после водки и белого вина. Последнее я и пью теперь на всяких банкетах и фуршетах. Пока все о'кей!

Ю. Никандрова, г. Луганск



Живать. Но повязки с этим раствором в течение полугода спасли и его. Если бы брат не курил, то поправился бы быстрее.

Прошло с того времени два года - нога здорова.

М. Аполлонова, г. Днепропетровск

МОЗОЛИ НЕ ТРОЖЬ - ИНФЕКЦИЮ ЗАНЕСЕШЬ

Часто бывают у меня мозоли. Впрочем, это проблема многих. Только у диабетиков все намного сложнее. Сухие мозоли салиподом сводить нельзя - салициловая кислота кожу разъедает, а там и до язвы недалеко. Лучше к хирургу обратиться.

Был у меня и такой больной. Сколько раз говорили: ни ножницами, ни бритвами не пользоваться! А он - нет: срезал мозоль и инфекцию занес. Язвочка два года не заживала.

ПОЧЕМУ?

Все объяснимо. Питания ногам не хватало, покоя. Понимаю, не всякий в инвалидную коляску сядет - здоровым себя чувствует. Подумаешь, мол, мозоль!

А вот другой девушке повезло. Водянистую мозоль сама, конечно, вскрыла, но к врачу с осложнениями обратилась вовремя. Драгоценного времени не потеряли. Помогла метилурациловая мазь.

Н. Львов, г. Москва

НОГУ ИЗ ПЛЕНА ОТДАЙ, ГАНГРЕНА

Я врач с сорокалетним стажем. Сейчас на пенсии. Хочу предложить читателям газеты рецепт лечения гангрены. Четыре года назад эта беда случилась с моим шестидесятилетним братом. После того как подморозил ноги, за лечением не обращался, пока пальцы не почернели на левой ноге. Началась гангрена. Его госпитализировали, но спасти ногу не удалось. Ампутация выше колена. Так брат стал инвалидом. Еще в больнице его предупредили, что проходимость сосудов и капилляров правой ноги плохая. Чтобы сохранить ее, нужно немедленно бросить курить. Но советам врачей он не внял, и года через полтора заболела и правая нога: стопа распухла, а пальцы стали темно-фиолетового цвета. А тут еще началось тяжелое заболевание легких. В критическом состоянии брата увезли в больницу. Операцию не предлагали - боялись, не выдержит. Но организм оказался крепким и с болезнью справился. От начавшейся гангрены ногу спасли так: на больные пальцы накладывали пропитанную раствором повязку. Раствор состоял из 1 кубика димексида, растворенного в 20 кубиках раствора фурацилина (1:500). Во время лечения повязка все время была влажной от лекарства.

Через две недели состояние улучшилось. Отек на ноге спал, четыре пальца приобрели здоровый вид. А с мизинцем пришлось повозиться. Гангрена сильно его задела, и кончик пальца был отторгнут. Образовавшаяся рана долго не хотела за-

МАГИЯ

И ПРОГНОЗИРОВАНИЕ ЗАБОЛЕВАНИЙ

Одним из методов диагностики, которыми пользуется магия, а, впрочем, также и классическая йога, является «третий глаз». Это название — чистая условность.

Речь в данном случае идет о том, что в ходе определенной практики человек приобретает способность «видеть» внутренние органы другого человека. То есть, сосредоточившись, он как бы «вникает в его тело», и тогда перед его взором возникает призрачный образ тела, скажем, его пациента. И в этом призрачном двойнике прекрасно видны все нарушения его внутренних органов.

Когда такая способность постоянно применяется в практике, то со временем она продолжает развиваться и далее.

Так, однажды я обнаружил, что могу не только «видеть» прозрачными своих клиентов, но, кроме этого, и сосредоточиваться на их отдельных органах.

В этом случае картина меняется: орган появляется как бы отдельно от тела, и на него можно дополнительно «настраиваться». Изображение появляется как прозрачное и объемное, кроме того, его возможно увеличить до любого размера. Так, к примеру, можно увидеть сердце, увеличенное до размера комнаты, и в нем очень четко проявляются следы перенесенных человеком заболеваний.

Форма восприятия в данном случае зависит, в основном, от той цели, которую ставит перед собой наблюдатель.

Так, можно увидеть в человеке наличие нечистой энергии, которая проявляется в виде пятен

определенного цвета, закрывающих отдельные части его тела.

Можно увидеть пациента в форме рентгеновского снимка, в котором внутренние расстройства проявляются темными пятнами. А может появиться и очень реалистичная картина с ясно видимыми изменениями в больном органе.

КАКИМ ОБРАЗОМ ВСЕ ЭТО ПРОИСХОДИТ?

На такой вопрос трудно ответить. По-видимому, мы просто улавливаем биотоки клиента, а «внутренний компьютер» конструирует перед глазами реалистичную картину происходящего. При этом диагностика достаточно точная, и редко бывает так, чтобы увиденная картина не совпадала с реально существующими заболеваниями.

Многим это покажется странным, но научиться такому «видению» гораздо легче, чем кажется. Конечно, для этого необходимо иметь некоторую врожденную предрасположенность к этому занятию. Но такие способности, за редкими исключениями, проявляются у большей части людей. Для овладения системой их нужно просто развивать и тренировать.

Однако и достижение такого уровня искусства — только этап в магической диагностике.

Постоянно сосредоточиваться в попытке разглядеть внутренности клиента — дело довольно утомительное. И вот однажды я заметил, что начал чувствовать людей своим телом. Объяснить такое ощущение трудно — это можно только ощутить. Таким образом, взглянув на человека, я уже точно мог знать, где и что у него болит. Сам объект

наблюдения в этот момент никаких болей не чувствовал; они проявлялись только во время приступов. Но я явственно ощущал их независимо от его состояния. То есть в данном случае чувствовались патологии, не проявляющие себя в данный момент в виде боли.

Но способность к диагностике продолжала развиваться и дальше. Вскоре я ощутил, что могу спрятать руки в карманы и при этом мысленно вырастить из себя еще две дополнительные, бестелесные руки. Затем, удлинив эти дополнительные руки на необходимое расстояние, ощупывать ими пациента, чувствуя в нем скрытые источники боли. И в некоторых случаях эти боли можно было тут же убирать — существует и такая медитативная техника.

Собственно, здесь мы и пришли к пониманию такого явления, как астральная хирургия. Более упрощенный и примитивный вариант, но в более зрелищном исполнении в свое время был известен под названием филиппинской хирургии. И очень часто, проводя этими невидимыми руками операцию, можно было видеть, как заболевание у пациента бесследно исчезает.

КАЗАЛОСЬ, ЧТО НАЙДЕНА ПАНАЦЕЯ ОТ ВСЕХ БЕД

Действительно, чего проще — можно без труда влезть в тело пациента и астральными руками исправить все его внутренние органы. Но не тут-то было: в большинстве случаев такое вмешательство дает только временный эффект. Затем болезни возникают вновь. И причина этого проста: наши заболевания возникают не сами по себе. Они запрограммированы в судьбе, и судьба вскоре сама эти болезни восстанавливает. **А значит, для того, чтобы окончательно вылечить человека, нужно изъять болячки из его судьбы. А это совсем не так просто.**

Недавно мне пришлось прочитать в книге «Анастасия» о здоровом образе жизни. Автор утверждает, что болезни можно, к примеру, вылечить свеженьким яблочком, только что сорванным с дерева на своем участке. Все это, без сомнения, слащавая чепуха. Забо-

МАГИЯ: ИСТОРИЯ, ТРАДИЦИИ

заболевания имеют психическую природу, тело держится до тех пор, пока его силы не истощатся. Затем и возникают проблемы, но сам источник разрушения присутствует в нашей душе почти что с рождения.

Основное различие между магией и медициной заключается в следующем: медицина трактует человека как закрытую систему и ищет источники его разрушения в нем самом, в его теле, в неправильном образе жизни и питании. Магия, напротив, представляет личность как открытую, постоянно подвергающуюся внешним воздействиям систему. Все мы являемся частью общества и связаны с ним парапсихологическими связями на бессознательном уровне. Нас постоянно контролируют тайные, не осознаваемые нами силы, порой разрушающие и психику, и нервную систему.

По своей сути, человек — сверхсущество.

Тело его более устойчиво, чем у любого животного, с ним не может произойти даже и несчастного случая, если, конечно, нечто «извне» не ослабило наш самоконтроль. С практикой ко мне пришло понимание, что это влияющее на нас «нечто» связано не только с порчами и проклятиями. Здесь вполне реально действуют и архетипы коллективного бессознательного, так хорошо в свое время описанные Юнгом. А в общем, конечно, большая часть таких сил будет еще долго оставаться за пределами нашего понимания. Именно их постоянное влияние и приводит к тому, что большая часть болезней если и бывают излечимыми, то только на какое-то время. И в практике официальной медицины известно, что курс почти любого лечения периодически приходится повторять. И как мы ни стараемся упростить ситуацию, игнорируя кажущиеся нам невероятными воздействия, мы все же имеем на себе их результаты.

Однако вернемся к основной теме. **Занимаясь практикой, связанной с диагностикой, в дальнейшем я обнаружил, что основные болевые ощущения концентрируются на позвоночнике.** Каждому определенному

заболеванию соответствует определенный позвонок.

В свое время медицина обнаружила, что болезни «ходят стаями». То есть на практике проявляется не одно заболевание, а сразу целый ряд взаимосвязанных между собой, строго определенных болячек. И это именно так — недавно один из моих знакомых рассказывал, как, вылечив у себя хронический бронхит методами Порфирия Иванова, тут же обзавелся жутким геморроем. По сути, здесь все очень просто: одна и та же сила, вытесненная из одного подведомственного ей органа, тут же ударила по другому.

В принципе, все эти явления можно объяснить, не прибегая к магическим трактовкам, всего лишь с точки зрения современной науки. По утверждению Фрейда, почти все существующие комплексы возникают в возрасте от двух до четырех лет, затем, исчезнув на какое-то время, возрождаются вновь, уже в более зрелом возрасте.

Бывает, что наличие «пробки» настолько разрушительно, что приводит и к сдвигу позвонков. В таких случаях заболевание нередко диагностируют как травму. И пациент, вспомнив какое-то падение, нередко соглашается с этим. Но на самом деле и здесь работает «пробка». Нарушения могут быть настолько значительными, что их путают с травмой.

Таким образом, со временем я пришел к выводу, что наиболее простым и достаточно надежным методом диагностики можно считать обследование позвоночника. Но на практике появились и дополнительные трудности: однажды, исследуя молодую девушку, я обнаружил в ее спине целый набор различных заболеваний. Но в действительности ни одно из них не проявлялось.

Впрочем, однажды подобный случай произошел с одной моей знакомой. Обследуя пациентку, она своим «третьим глазом» увидела, что у той отсутствует придаток. Ошибка тут же прояснилась, и пациентка ушла разочарованной. А спустя полгода явилась вновь: оказалось, что вскоре после установления этого диагноза у нее произошло воспаление фиб-

ромы, и удалили именно тот самый придаток.

Подобные примеры в магической практике не редкость. И в тот раз у девушки я обнаружил заболевания, которых еще не было. Они могут, конечно, возникнуть позднее, через несколько лет. Но в позвоночнике они уже были!

Из своей собственной практики я могу привести множество примеров, когда достаточно серьезные заболевания удавалось диагностировать задолго до их возникновения. Особенно часто это случается, по понятным причинам, когда работаешь с молодежью. Но главное здесь другое: почти каждый позвонок отвечает за целые группы заболеваний, возникающих именно через него. Так, между лопатками находится позвонок, нарушения в котором могут вызвать заболевания бронхов, прямой кишки, печени и желчного пузыря. На уровне солнечного сплетения расположен позвонок, отвечающий за работу поджелудочной железы. Поскольку этот орган имеет в магии основное, кармическое значение, то он, в свою очередь, контролирует и работу сосудистой системы, и когда заболевания возникают не непосредственно в нем, то появляются сосудистые расстройства, от варикоза до атеросклероза.

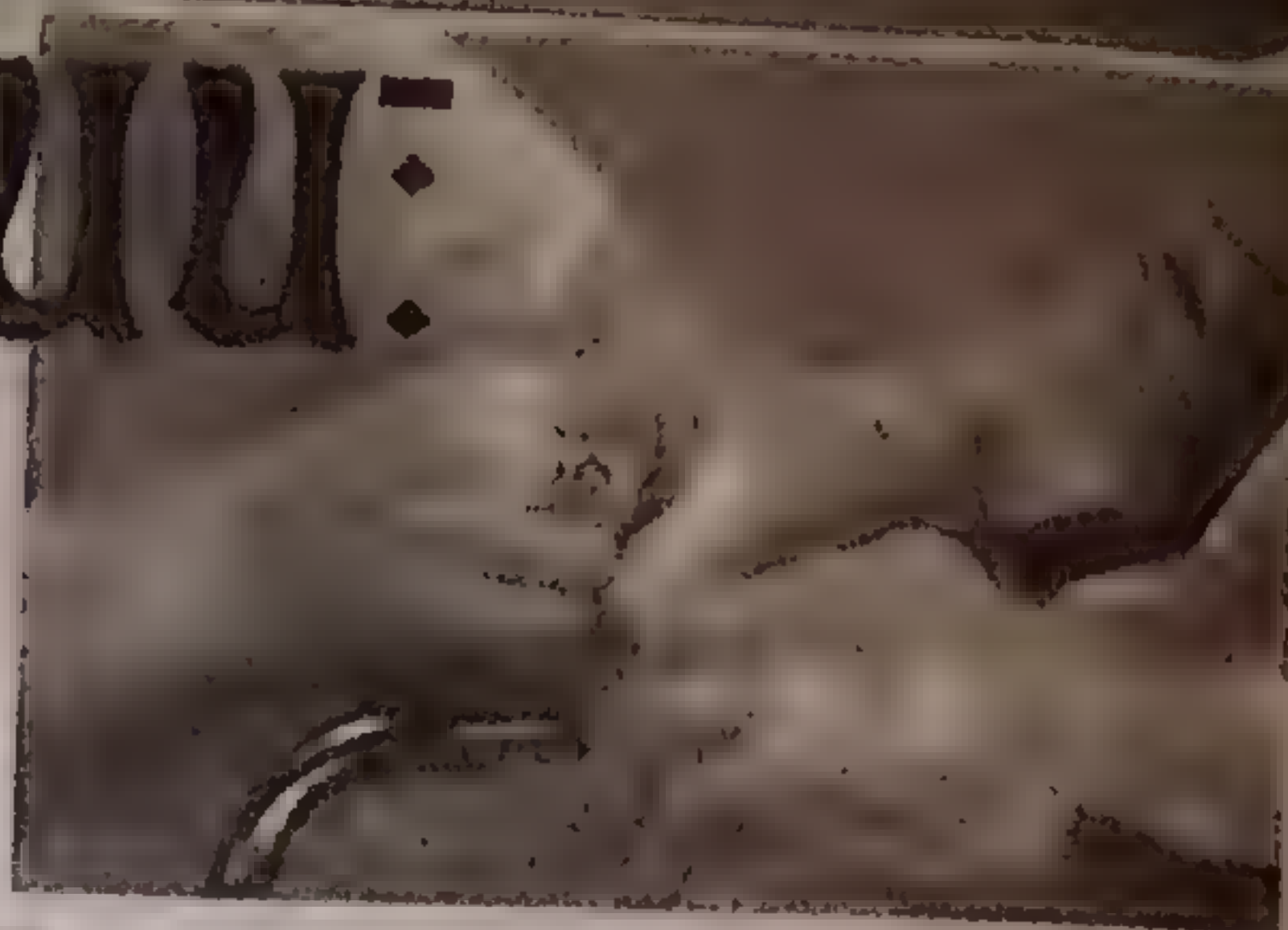
Однако нарушения в позвоночнике — явление гораздо более реальное, чем, скажем, видения экстрасенса. Они опираются на такие, вполне материальные явления, как изменение электрических импульсов в данной точке позвоночного столба. Это значит, что в принципе можно создать довольно простой прибор, который позволит не только диагностировать заболевания, но и прогнозировать их порой за десятки лет до их реального возникновения.

Может быть, когда-то такой прибор и будет создан, хотя, скорее всего, не в нашей стране.

Конечно, лечение заболеваний — это более сложное дело. Хотя, в принципе, вполне реальная задача — сделать неизбежное невозможным. Однако само появление такого прибора позволило бы, по меньшей мере, знать, каких именно неприятностей следует ожидать от своего организма.

Доктор Морро

ХЛАМИДИИ: удар по суставам



О внутриклеточных паразитах хламидиях слышано большинство людей. Но знают о них, как правило, лишь то, что передаются они половым путем, а вызываемый ими хламидиоз женщины лечат у гинеколога, а мужчины у уролога. Однако у этих возбудителей есть еще одна «специальность»: вызывать воспаление суставов. В этом случае к лечению подключаются врачи-артрологи.

Заболевание, названное по имени одного из первооткрывателей синдромом Рейтера, известно медицине со времен Первой мировой войны. В классическом варианте одновременно беспокоят: конъюнктивит, уретрит (воспаление мочеиспускательного канала) и полиартрит (множественное воспаление суставов). Могут встречаться случаи, когда один из симптомов отсутствует. Обычно недуг вызывают хламидии, проникающие в организм половым путем.

Как правило, жертвы болезни Рейтера - мужчины (женщины и дети болеют реже). В последние годы выяснилось, что большинство из заболевших имеют наследственную предрасположенность именно к такому течению хламидиоза.

В случае традиционного варианта синдрома Рейтера трудностей в диагностике, как правило, нет. Если же процесс проявляет себя только воспалением суставов, случается, что его иногда путают с ревматоидным артритом - болезнью, которую нужно лечить иначе.

Боли в суставах и в позвоночнике начинаются примерно через две недели после заражения. Первыми страдают суставы ног - коленные и ниже. Причем у каждой ноги свой набор воспаленных суставов. Кожа над ними краснеет, иногда приобретает синюшный оттенок, становится горячей на ощупь. Боли усиливаются ночью и утром. Если поражены пальцы ног, они приобре-

тают характерный «сосисочный» вид. Но «фирменный знак» болезни Рейтера - боль под пяткой при ходьбе. Одновременно в нижней части позвоночника начинаются боли, похожие на те, что бывают при радикулите. Если лечение не начато или проводится неправильно, к артритам могут присоединиться поражения кожи ладоней и стоп, атрофия мышц, прилегающих к пострадавшим суставам.

Недомогание, лихорадка, немного повышенная температура и слабость тянутся месяцами, затем на один-два года болезнь может как бы исчезнуть, но потом вновь возвращается.

Лечение синдрома Рейтера - процесс длительный, требующий настойчивости. При правильном подходе выздоровление наступает через четыре-шесть месяцев. Главная задача терапии - с помощью соответствующих антибиотиков выбить из организма хламидии. Параллельно необходимо нормализовать иммунитет, подавить воспалительные и аллергические реакции. Основное лечение проводит врач-ревматолог, специализирующийся на этой инфекции, местными воспалительными очагами занимаются уролог или гинеколог и, если нужно, окулист.

Чтобы избежать рецидивов, необходимо убедиться, что инфекцией покончено. Для этого, выж-

дав три-четыре недели после приема антибиотиков, надо сделать анализы.

Недорог и надежен так называемый иммунофлюоресцентный анализ. Иногда прибегают к диагностическому выделению хламидий в культуре клеток или обращаются к новому, самому точному (но и самому дорогому) методу полимеразной цепной реакции. Для полной уверенности в результатах лечения анализы следует повторять в течение следующих трех месяцев. Если они окажутся отрицательными, то в дальнейшем можно ограничиться ежегодными посещениями врача.

Поскольку иммунитет против повторного заражения не вырабатывается, благоразумие и разборчивость в половых контактах - важный (если не главный) фактор профилактики рецидивов заболевания.

Половые пути - не единственные ворота для инфекции. Немытые руки и предметы обихода (например, полотенце), загрязненные выделениями больного, могут стать причиной конъюнктивита. У новорожденных поражения глаз и носоглотки хламидиями возникают в результате инфицирования при прохождении плода через пораженную шейку матки.

Запущенный хламидиоз у женщин часто приводит к бесплодию, вызванному непроходимостью маточных (фаллопиевых) труб, служит причиной выкидышей, а также неразвивающихся беременностей.

Чтобы избежать тяжелых осложнений хламидиоза, следует при первых признаках воспаления мочеполовых путей (даже мало беспокоящих) обращаться к врачу.

С. Морсков

ПРОГНОЗ НА ВТОРУЮ ПОЛОВИНУ МАРТА

ТУМАННОСТИ

НЕОПРЕДЕЛЕННОСТИ



До 28 марта идет немного странный период, полный туманности, неопределенности и недосказанности. Планировать что-либо на конец марта не советуем: велика вероятность, что неожиданные обстоятельства, зачастую форс-мажорного толка, сломают все ваши планы. Не стоит также на это время планировать начало каких-либо долгосрочных проектов, особенно нуждающихся в поддержке властей. С деньгами также могут твориться загадочные вещи. Не то чтобы денег нет совсем. Они есть, но каким-то непостижимым образом они проходят мимо; а если и прольются на вас, то из совершенно неожиданного источника.

С другой стороны, жизнь в это время не грозит остановиться. И даже как-то дела будут делаться. Однако очень большую значимость в эти дни приобретут дружеские связи и закулисные переговоры.

После 22 марта особое влияние на ход ваших дел окажет ваша смелость и решительность. Однако не перегните палку: чрезмерная напористость и несдержанность в эмоциях будет приводить к конфликтам. В торговле следует быть внимательным и не принимать поспешных решений.

Любовные отношения, которые завяжутся в этот период, будут зависеть не столько от сексуальной совместимости партнеров, сколько от схождения интересов и взаимопонимания. Даже если впоследствии каждый из партнеров будет строить свою личную жизнь отдельно от другого, они смогут на долгие годы остаться хорошими друзьями.

В плане здоровья рекомендуется консервативное лечение суставов ног, болезней нервной системы и органов зрения. Но не стоит проводить хирургическое вмешательство в эти системы органов.

16 Сегодня стоит уделить внимание своим детям и любимым людям. Обратите внимание на состояние сердечно-сосудистой системы и позвоночника. Противопоказано хирургическое вмешательство в эти системы организма.

17 Сегодня и завтра поберегите пищеварительную систему, не пере-

гружайте ее продуктами сомнительного качества - ваш кишечник может не справиться и отреагировать отравлением. Также не рекомендуется употребление спиртных напитков.

18 Сегодня именно то время, когда стоит заняться наведением порядка как на рабочем столе, так и в квартире. Девы и Весы могут чувствовать себя немного не в духе, у них вероятны небольшие размолвки с близкими. Оперативное вмешательство в любые сферы организма противопоказано.

19 Если в предыдущие дни вы ощущали некоторую напряженность, то сегодня можно расслабиться и отдохнуть душой. Если позволяет время, сходите в театр или просто прогуляйтесь на природе, но, конечно, без спиртного.

20 Сегодня неожиданно может навалиться куча дел, причем неотложных. Постарайтесь заранее спланировать этот день, чтобы не ощущать нехватку времени. У Близнецов и Весов может проявиться кратковременное недомогание.

21 Этот день и следующий за ним многие будут взвинчены и импульсивны. Выяснения отношений с близкими стоит избегать. Женщины сегодня особенно капризны и даже истеричны, особенно это ощутят на себе Скорпионы. Категорически противопоказано хирургическое вмешательство в сферу гинекологии, урологии и ануса.

22 Сегодня лучше заняться текущими делами. У любящих людей могут быть размолвки.

23 Многие сегодня ощутят прилив сил, желание съездить в гости или побыть на природе. Не противьтесь этому, отложите не слишком важные дела и посвятите это время своей душе. Очень хорошо будет посетить храм, помянуть души усопших родных.

24 Очень хороший день для решения важных дел. Можно заключать договоренности, прояснять спорные

вопросы. Хороший день для дружеских встреч.

25 Сегодня и завтра многим стоит побережиться от переохлаждения. У тех, кто страдает болями в суставах, возможно обострение заболевания. Хорошие дни для посещения бани или сауны (кому это позволяет здоровье), а также косметолога. А вот с визитом к стоматологу стоит повременить. Повышена вероятность травм ног, также в эти дни противопоказаны операции на коленях и голенях. Следует принять во внимание, что это дни повышенной конфликтности, особенно у Козерогов.

26 Сохраняются тенденции предыдущего дня. Кроме того, многие ощутят наплыв неотложных дел на работе, так что стоит заранее спланировать рабочий график, чтобы не создавать себе авральных ситуаций.

27 Сегодня люди станут более дружелюбны и общительны, особенно это будет ощущаться во второй половине дня. Если у вас появится желание поделиться чем-то секретным с друзьями, примите во внимание: тайны, доверенные кому-либо сегодня, перестают быть тайнами, о них узнают многие.

28 Нынешний день - время воплощения надежд, но при одном условии: вы приложите к этому усилия. На людей и обещания, данные сегодня, можно рассчитывать. Водолею и Близнецам стоит заняться укреплением здоровья.

29 В противоположность предыдущему дню, сегодняшний - ненадежный день. Планы составляйте гибко, чтобы в любой момент их можно было поменять. Это день эмоционального сопереживания, сочувствия, только не стоит скреплять эти чувства спиртным или наркотиками - в это время организм особенно тяжело переносит отравление. Хороший день для презентации новаторских идей и проектов.

30 Сохраняются тенденции предыдущего дня, только в более слабой степени. Поберегите сегодня ноги, не стоит разносить новую обувь - это очень болезненно. Также не стоит сегодня проводить операцию на ступнях.

31 Нелегкий день. Люди неохотно идут на контакт, могут быть заиклены на собственных переживаниях, слишком пессимистичны. Рекомендуется заняться рутинными, текущими делами.

ВОПРОС: Могу ли я использовать спираль, если мне 16 лет? (Вопрос задан в Интернете).

ОТВЕТ: Нежелательно до родов. Это часто способствует увеличению продолжительности, болезненности, обильности менструации и возникновению хронического воспаления, эндометрита и, как следствие, ведет к бесплодию.

Мария Михайловна Малярская (Ответ дан там же)

Уважаемая Мария Михайловна!

Было бы неплохо сначала у 16-летней барышни выяснить, а зачем ей спираль вообще и откуда она про нее знает? Среди подростков распространены многие заблуждения. Например, есть такие, которые искренне считают, будто первый половой акт непременно ведет к беременности. Раз так, то надо предохраняться. А

как? Кто-то из подруг (но не врач-гинеколог!) по секрету ей и сообщает – лучше спирали ничего нет! И получается у нас интересная скульптура – «Девственница со спиралью».

Время сейчас, конечно, интересное. Наша барышня, может быть, уже давно не девушка, тут не угадаешь. Но спираль на нерожавшую матку лучше не ставить совсем по другой причине, чем ве-

роятное бесплодие. Как раз наоборот. Спираль в данном случае просто не дает никакой гарантии от беременности. Это пока еще разовьются (и почему это они должны непременно развиваться?) хронические воспаления, эндометриты, цервициты и т.п. болячки, приводящие «как следствие – к бесплодию». До этого момента там столько здоровых сперматозоидов побывает, что никакая спираль не спасет. Но вот когда есть и беременность, и спираль, тогда путь один – аборт. И бесплодие где-то рядом. Близко-близко.

Профессор Алекс Митчел

ПЛАСТИЧЕСКАЯ ХИРУРГИЯ

На ваши вопросы отвечает **Андрей Владимирович Росс**, консультант по всем вопросам пластической хирургии, кожным образованиям, традиционной и аппаратной косметологии, лазерной медицине.

Посоветуйте, как исправить дефект кости ног в области от колена до щиколотки? Я слышала, что это можно сделать при помощи геля и что разработана какая-то система по исправлению дефектов кости. Сколько эта операция будет стоить?

Если речь идет об исправлении костной деформации, то следует обратиться к ортопеду. Если вас беспокоит косметическая проблема, связанная с узкими или непропорционально развитыми голенями, то возможна коррекция с помощью специальных имплантов, увеличивающих объем. Результат такой операции хороший. Удаления имплантов в дальнейшем не требуется.

Коррекция гелями этого дефекта не проводится.

К сожалению, Вы не указываете свой рост, что важно для определения Вашей полноты.

Учитывая Ваш юный возраст, рекомендую обойтись без операции, а приложить все силы для занятий спортом и диеты. Надеюсь, что у Вас хватит сил довести вес до желаемого.

Операция по уменьшению объема желудка выполняется людям со злокачественным ожирением. Она выполняется, но не безопасна и сопряжена с непростым режимом питания. Липоаспирация не является методом борьбы с излишним весом, а методом коррекции контура тела. Похоже, что оперативное лечение Вам не показано.

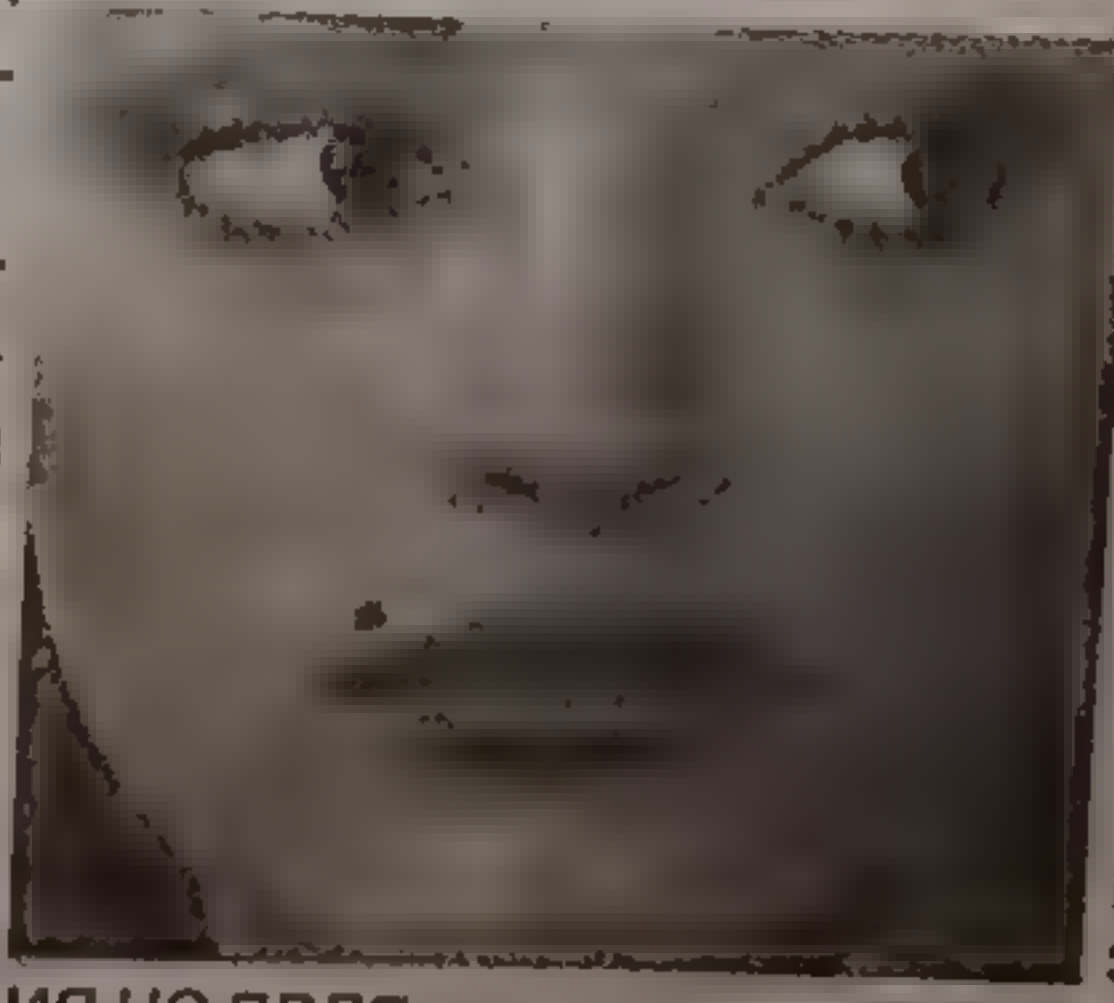
Я похудела, и грудь стала обвисшей, размер был третий, а теперь первый. Хотелось бы послушать совет специалиста, надо ли делать операцию?

Надо ли делать операцию, это вопрос, который Вы должны ре-

шить сами. В мои задачи входит понять Вашу проблему и на основании беседы, осмотра предложить вариант ее решения, а также информировать Вас о преимуществах или недостатках того или иного метода. Возвращаясь к вопросу, могу сказать, что можно хирургическим путем исправить вид груди.

Можно мне удалить у Вас родинки на лице? Сколько это стоит и как Вы это делаете?

Удалить родинки можно углекислым лазером, следа, как правило, не остается. Процедура проводится под местным обезболиванием. Стоимость – 600 рублей за 1 кв.см. обработанной лазером поверхности: это 2-3-4 родинки среднего размера.



Как вывести рубцы на коже руки?

Вывести так, чтобы не осталось следа, вряд ли возможно. Сделать их менее заметными можно. Методы разные: от лазерной шлифовки неровностей до введения специальных лекарств, «растворяющих» ткань рубца. Все определяется его строением. Без анализа рубца невозможно подобрать правильное лечение.

Мне 18 лет, вес 80 кг. Стараюсь похудеть, но видимого постоянного результата пока не могу достигнуть. Можно это исправить при помощи операции? Слышала, что липосакцию делают полным людям и что можно сделать операцию на желудке и похудеть на всю жизнь. Для меня это важно. Посоветуйте, что делать?

Лучшее лекарство — обходиться без оного!

Но если уж вас посетили болезни, даю несколько рецептов!

ПЕТРУШКА ОГОРОДНАЯ при задержке мочи. Настой: 100 г корней на 1 л кипятка настаивают 1 час, выпивают за день по 0,5 стакана - 10-12 дней.

СОСНА ОБЫКНОВЕННАЯ - водный настой сосновых почек при гипертонии, болезнях коры головного мозга, сердечно-сосудистой системы, верхних дыхательных путей.

СПОРЫШ - от бесплодия, при камнях в печени, желчном пузыре, почках, мочевом пузыре. Крепкий настой спорыша (300 г) и бессмертника (30-70 г) на 2 стакана кипятка. Принимают без нормы и еще едят сырой турнепс.

ЧЕМЕРИЦА - вывихи, опухоли, ушибы. Корни мелко нарезают и варят в воде, натирают больные места. Вывих без вправки становится на место.

ТЫСЯЧЕЛИСТНИК от экземы - настой внутрь и парить больные места.

УКРОП - недержание мочи: 1 ст. л. семян заварить в 1 стакане кипятка, настоять в теплом месте (в темноте). Выпить за один прием. И от бессонницы.

ЧИСТОТЕЛ лечит: ангину, полипы в носу. Полоскания из равных частей чистотела и ромашки. Сердечная астма - настой чистотела по 3 ст. л. в день.

ЩАВЕЛЬ КОНСКИЙ - мокнущая экзема: 300 г корней на 3 л воды, варить 30 мин, помешивая, смачивать больные места 2-3 раза в день без повязок.

АКАЦИЯ БЕЛАЯ - гипертония, понижает артериальное давление.

АЛОЭ - рак желудка: 1 ст. л. сока алоэ + 0,5 л коньяка. Отдельно

но 3 листа от цветка пеларгонии (свежих) залить 3 л кипятка, поместить на водяную баню до закипания, потом укутать и оставить до утра. Отцедить в коньяк с алоэ, добавить 3 капли йода. По 1 коньячной рюмке перед едой 2 раза в день.

ЧЕШНОК при простуде и кашле. Есть по 1 зубку перед едой, перед сном растереть ступни ног и надеть шерстяные носки, внутрь - 1 ст. л. с вином 1:1.

ЛОПУХ - сок свежих корней и листьев пьют при туберкулезе легких.

СВЕКЛА СТОЛОВАЯ красная - водный настой при пороке сердца.

ЛИМОН - при слабом сердце жевать корку и есть курагу, изюм. **ПРОСВИРНИК ПРИЗЕМНЫЙ** - тяжелый кашель - 1 ч. л. растертых семян на 0,5 стакана воды. Кашель лечит также калина СМЕДОМ, МАТЬ-И-МАЧЕХА.

МОЖЖЕВЕЛЬНИК - печень, почки, селезенка, мочевой пузырь. Ягоды съедают по одной в день, доведя до 50 шт., добавляя по ягоде в день.

РОМАШКА АПТЕЧНАЯ И БЕССМЕРТНИК - для лечения печени у детей.

КОШАЧЬЯ ЛАПКА: от зубной боли - сушеные цветущие растения рубить, как табак, и давать курить. Через 3-8 часов боль утихает. Такое же действие имеет хвостик тыквы. Покурить 2-3 раза.

РЯБИНА ОБЫКНОВЕННАЯ - при склерозе сосудов головного мозга. 200 г коры кипятить 2 часа в 0,5 л воды, пить по 20-30 г до еды 3 раза в день.

ФИАЛКА - при эпилепсии: настой 3 раза в день по 150 г до еды.

КОНСКИЙ КАШТАН - радикулит: порошок из плодов с камфорным маслом или внутренним салом. Намазать на хлеб и прикладывать к больному месту.

АГАВА ОБЫКНОВЕННАЯ - отложение солей. Спиртовая настойка из листьев по 20 капель 3 раза.

БОДЯК или ОСОТ: от тромбов. Делать компрессы на больные места.

ВЕРЕСК - отвар молодых веточек заварить как чай, пьют от атеросклероза, нервных расстройств, бессонницы.

ЖЕЛТАЯ АКАЦИЯ - при застарелом ревматизме: спиртовой настой из всего растения.

ПОВИЛИКА ЕВРОПЕЙСКАЯ - рак желудка. Отвар пить 1 месяц. 10 дней - перерыв.

ГРЕЧИХА - от белокровия: 1 стакан цветков на 1 литр кипятка. Пить без ограничения.

ДЕВЯСИЛ - при старческом склерозе: водочная настойка (30 г корня на 0,5 л водки) - по 25 капель. Курс лечения - 1,5 года.

МОЛОЧАЙ - подагра: больные ноги парить в отваре или горячем настое. Млечный сок удаляет бородавки, различные новообразования в виде родинок, незаживающие язвы, кожный рак носа, воспаление мочевого пузыря.

ГОРЕЦ ПОЧЕЧУЙНЫЙ - воспаления мочевого пузыря, вплоть до кровотечения. Принимать настой в течение нескольких месяцев с перерывами в 1 неделю.

КАРТОФЕЛЬ - при геморрое - свечи из сырого картофеля.

СИРЕНЬ ОБЫКНОВЕННАЯ - при камнях в почках и печени (цветки), при ревматизме, артритах, артрозах: 1 ст. л. цветков на 0,5 литра водки; при ушибах и ранах - примочки и компрессы, при закупорке вен - чистые свежие листья на ноги; чай из листьев сирени, собранных при цветении, - при бронхиальной астме.

М. Склад

ЧТО ДЕЛАТЬ?

Друг, оставь покурить! А в ответ — ни фига...

Говорить о том, что курить вредно, опасно, неэстетично и т.д. дело пустое. Большинство курильщиков прекрасно знают об этом. Речь пойдет о другом. Бросить сигарету стало куда проще, чем еще несколько лет назад. Сотни ученых изобретают все новые и новые средства, чтобы человек мог сравнительно безболезненно избавиться от никотиновой зависимости.

Но прежде чем обратиться к врачам, необходимо избавиться от трех весьма распространенных заблуждений.

1. Так называемые легкие сигареты помогают бросить курить. Действительно, в облегченных сигаретах содержится меньше никотина. Но выкуривать их ты будешь больше. Организм не обманешь.

2. Нельзя бросить курить одним усилием воли. Нужна, мол,

своеобразная лестница, чтобы свести последствия абстинентного синдрома к минимуму. Это иллюзия. Именно так и бросают. Сразу и бесповоротно.

3. Курить не затягиваясь — неопасно. Чушь. Что в лоб, что по лбу. Никотин в любом случае попадает в кровь через слизистую рта.

Куда же бедолаге курильщику податься, если он твердо решил «завязать»?

ПСИХОТЕРАПИЯ. Примерно 5-7% курильщиков хватается разговора с врачом на предмет риска и опасности курения, чтобы отказаться от привычки. Внушаемым людям помогает гипноз.

ПИЩЕВЫЕ ДОБАВКИ. В основном это успокоительные средства (растительные чаи, например), которые помогают спра-

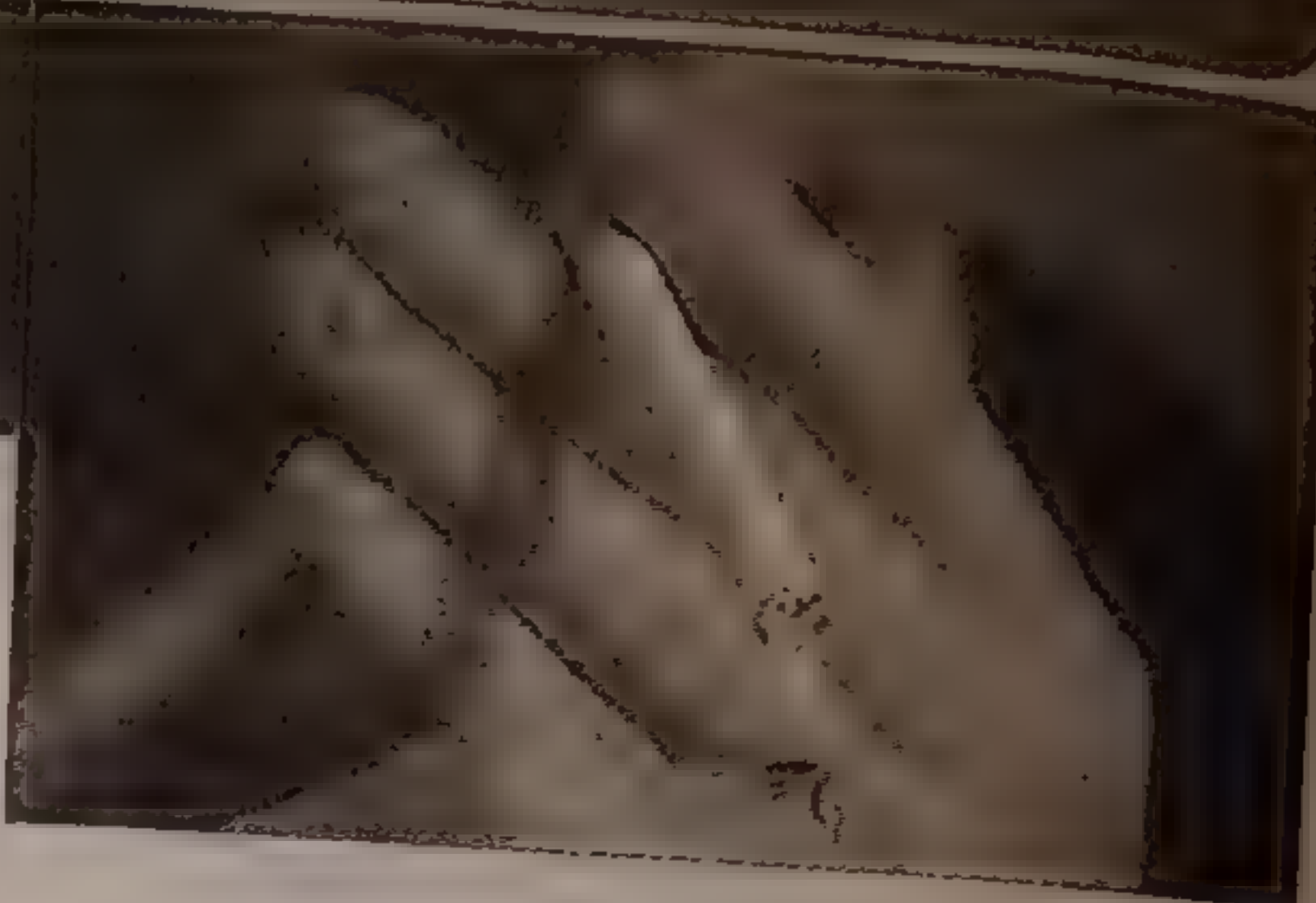
виться с раздражительностью, бессонницей, депрессией.

РЕФЛЕКСОТЕРАПИЯ. Это иглоукалывание. Полный курс — 5 сеансов. Почти не помогает.

НИКОТИНОЗАМЕНЯЮЩАЯ ТЕРАПИЯ. Это ингаляторы, жевательная резинка, пастилки, драже, пластыри — все с содержанием никотина. Они позволяют избавиться от синдрома отмены. Такую терапию назначают врачи — у многих средств есть противопоказания.

ОТВЛЕКАЛОВКИ — леденцы, пустой мундштук и т.д. — все это подходит для тех, для кого курение скорее психологическая зависимость.

А. Варава



Лишнего геморроя у меня не оказалось, зато молодая и симпатичная врачиха нашла кое-что похуже — трещину заднего прохода. Я сначала даже не понял: то есть как это — трещина? Что с ней делать? Если вот деревяшка какая треснет, ее, скажем, заклеить можно, а с задним проходом как — зашивать?

К счастью, операция не потребовалась. До невозможности деловито «проктологическая» девушка объяснила, что если бы болезнь перешла в хроническую стадию — тогда да, ложись под нож. А пока не запущена, можно попробовать вылечить обычными методами.

Врагу не пожелал бы таких «обычных»! Для начала меня перестали по-нормальному кормить: ничего острого и соленого, включая горчицу, уксус и перец. Никакого алкоголя, даже пива! Вместо этого — перед сном стакан кефира с размешанной в нем ложкой подсолнечного масла. Что тут сказать? «Ну и гадость эта ваша заливная рыба!»

Кроме этого, меню мое состояло из пропущенной через мясорубку отварной свеклы (граммов

НИ ВСТАТЬ, НИ СЕСТЬ...

200 — 300 в день), заправленной растительным маслом, и салатов из сырой капусты, моркови и яблок. Немного скрашивали полуголодное существование инжир, курага и чернослив: промывал, заливал их кипятком, ждал, пока разбухнут, и по пять штук два-три раза в день ел.

По вечерам принимал теплые ванночки из слабого раствора фурацилина. И начал учиться — кому расскажешь, засмеют! — опорожнять кишечник строго по расписанию, в одно и то же время. Примерно за час до дела вводил себе обезболивающую свечу. Если же и это не помогало, приходилось совсем худо: делал сначала клизму из полулитра прохладной воды, облегчался, подмывался с мылом и с помощью детской спринцовки ставил еще одну — с отваром ромашки. Час после этого нельзя было ложиться — почему, честно го-



воря, не в курсе.

Что еще? Ну да, физкультура. Долгие прогулки по магазинам и работа на даче, мол, способствуют... В общем способствуют. Теща данное известие встретила эдакой хищной улыбочкой, но я вовремя прочитал в каком-то журнале, что это дело годится для профилактики трещины, а вовсе не для ее лечения. И от работ отбрехался.

В общем, закончилось все не так плохо, как могло бы: я поправился. В смысле без операции. И одно для себя решил окончательно: лучше вовремя обратиться к врачу, чем потом всю жизнь мучиться. Или совсем не мучиться.

В. Мизинский,
г. Северодвинск

КОНКУРС ДЛЯ ПОДПИСЧИКОВ

УСЛОВИЯ

Участвуют читатели газеты, подписавшиеся не менее чем на 6 месяцев.

1. Необходимо собрать отрывные талоны газет с №1 по №6 за 2003 год (итого 6 штук)

2. Заполнить произвольно клеточки ☒ ☐

3. В №6 будет опубликован особый купон, в который необходимо в произвольном порядке наклеить все отрывные талоны и выслать в редакцию по адресу: 83087, г. Донецк, а/я 2314, (в России - 111141, г. Москва, а/я 473, Краснотельмова Н.Б.), вместе с копией квитанции о подписке.

4. Победители будут награждены призами: «ЛЮСТРАМИ ЧИЖЕВСКОГО».

5. Призовой купон первого этапа конкурса (участвуют номера с 1-го по 6-й) будет опубликован в номере 8 за 2003 г.

Для подписчиков, не получивших призы, розыгрыш продолжится, но участвовать уже будут талоны газет с №7 по №12 за 2003 г. Читатели, имеющие годовую подписку, будут участвовать в розыгрыше до конца года (т.е. 4 раза), полугодовую - в том полугодии, на которое оформлена подписка, - т.е. 2 раза. Удачи Вам.

Редакция

ОТРЫВНОЙ
ТАЛОН

№ 4



Благословенна будь, целительница!

Уважаемая редакция! Я проживаю в частном секторе города Ромны Сумской области.

Пенсионерка. Ранее работала в библиотеке. Так что здоровье подорвать было особенно негде. Но к старости болячки лезут из тебя, как грибы после дождя. Начали «крутить» составы, болят ноги. А как выживать пенсионерке. Одна подмога — огород. Но работать в нем сложно, особенно копать. Несколько лет нанимала местных алкашей. Ломили цену, но что поделаешь? В разных целителей верила с оглядкой. Но вот прочитала о женщине, которая омолаживает по фото. Подумала, чем черт не шутит. Послала. Когда оно вернулось заряженным, сделала все, как сказано в инструкции. Вроде ничего особенного не случилось, но огород в этом году осенью вскопала уже сама, и, в общем, без проблем, и приток сил появился, и какая-то радость забрезжила.

Хочу в письме поблагодарить целительницу Ангелину и редакцию вашей газеты.

Галина Фоменко, г. Ромны

ПАРОЛЬ НАСТРОЙ НА ВЫЗДОРОВЛЕНИЕ

Дата рождения

Имя

Пароль

ПАРОЛЬ СНИЖЕНИЕ ИЗБЫТОЧНОГО ВЕСА

Дата рождения

Имя

Пароль

ПАРОЛЬ ДЛЯ ЖЕЛАЮЩИХ БРОСИТЬ ПИТЬЕ

Дата рождения

Имя

Пароль

ПАРОЛЬ ЛЮБОВЬ

Дата рождения

Имя

Пароль

ПАРОЛЬ ДЛЯ СЕМЬИ ПЬЮЩЕГО

Дата рождения

Имя

Пароль

ПАРОЛЬ НА ДЕНЬГИ

Дата рождения

Имя

Пароль

Слова-пароли - это фактор поддержки своего психометрического кредо в момент преодоления тех или иных препятствий в достижении успехов при движении к желанной цели.

Чтобы заработал пароль, он должен быть индивидуален и его лучше четко астрологически и энергетически определить.

Мы можем помочь Вам в этом, если Вы вырежете вышеприведенный купон и вышлите на наш адрес вместе с почтовым переводом на 5 гривень за каждый пароль (в случае заказа 3-х паролей стоимость составит 12 грн., 6-ти - 22 грн.).

Для России: стоимость услуги - 25 руб. за каждый пароль (в случае заказа 3-х паролей стоимость составит 60 руб., 6-ти - 110 руб.).

Льготы для подписчиков газеты: в Украине стоимость услуги 2 грн. за каждый пароль (в случае заказа 3-х паролей стоимость составит 5 грн., 6-ти - 10 грн.). В России 15 руб. за каждый пароль, или 25 руб. - за 3 пароля и 48 руб. за 6 паролей. Только не забудьте высылать также копию квитанции о подписке.

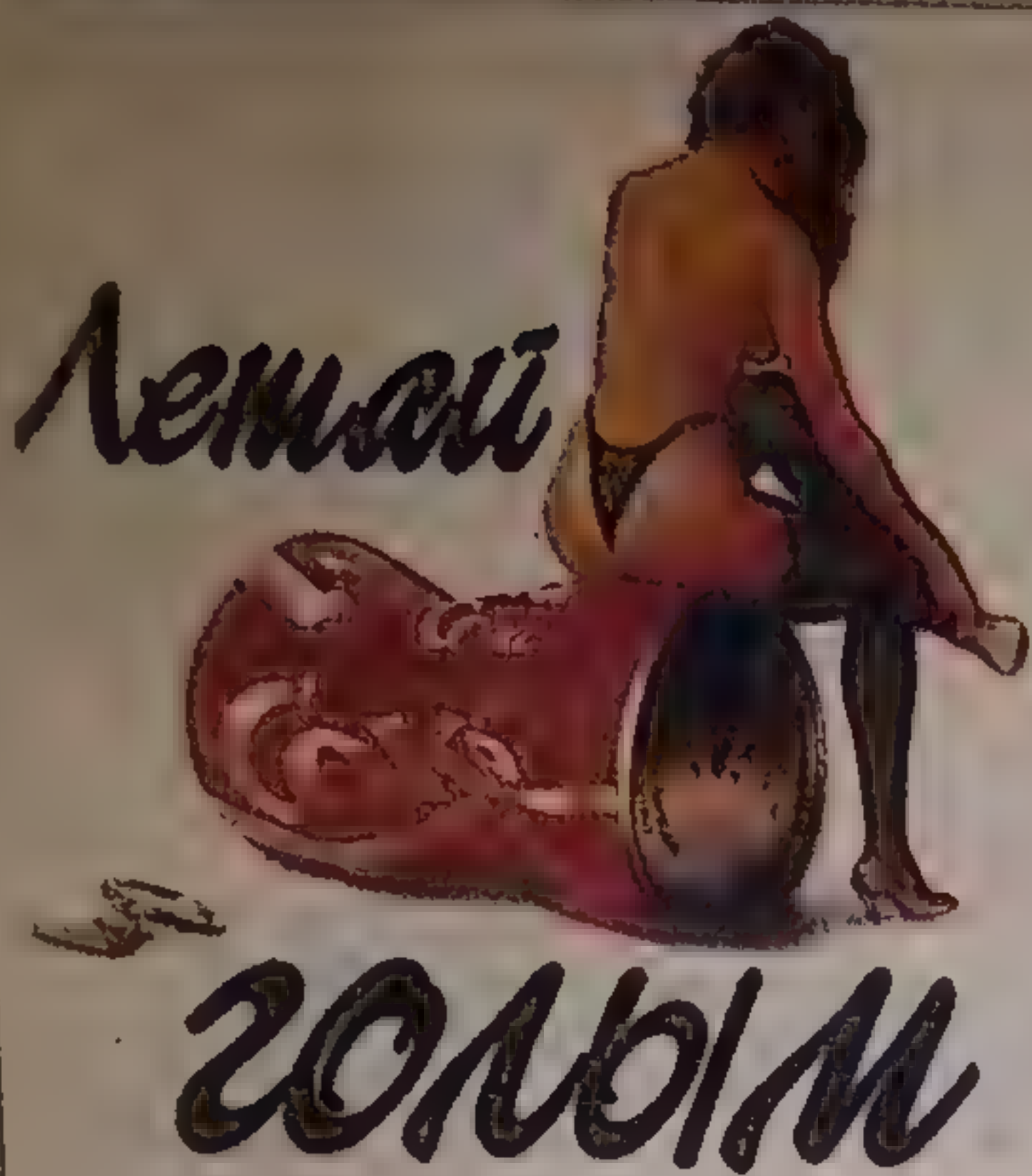
Денги переводить по адресу:

В Украине: 83087, Донецк, а/я 2314, Колесник Ксении Станиславовне.

В России: 111141, Москва, а/я 473, Краснотельмовой Нине Борисовне.

В конверт не забудьте вложить конверт с обратным адресом.

Помните! Что Ваше личное благополучие находится только в Ваших руках, и, используя наши советы, достичь его не составляет особого труда!



Студенты экономического факультета Университета Аляски собрали коллекцию наиболее парадоксальных ошибок, сделанных американскими компаниями из-за неточностей в переводах и непонимания реалий, существующих в других странах.

Известная компания General Motors потерпела фиаско, пытаясь вывести на рынки Латинской Америки свой новый автомобиль Chevrolet Nova. Как вскорости выяснилось, «No va» по-испански означает «не может двигаться».

В США при рекламе пива Coors использовался слоган Turn it Loose! (примерное значение «Стань свободным!»). Буквальный перевод слогана на испанский привел к появлению шедевра «Страдай от поноса!».

Парфюмерная компания Clairol представила в Германии свои сухие дезодоранты, используя слоган Mist Stick (примерное значение «туманный дезодорант»). В Германии выяснилось, что слово Mist («туман») на немецком сленге означает «навоз».

Компания Colgate-Palmolive вывела на французский рынок свою новую зубную пасту Cие. Чуть позже американцы узнали, что именно такое название носит популярный французский порножурнал.

Компания Pepsi дословно перевела на китайский язык свой главный рекламный девиз «Живи с поколением «Пепси» (Come Alive With the Pepsi Generation). Китайцы были шокированы: слоган приобрел неожиданное звучание «Пепси» заставит ваших предков подниматься из могил».

Компания Coca-Cola долгое время не могла подобрать свое название для продажи в Китае. Дело в том, что китайцы произносят название этого напитка как «Кекукела», что означает «кусай воскового головастика». Компания была вынуждена перебрать 40 тыс. вариантов написания своей торговой марки, прежде чем было выбрано «Коку Коле», что означает «счастье во рту».

Компания Frank Purdue, производящая курятину, в США использует слоган It takes a strong man to make a tender chicken (примерный перевод: «Чтобы приготовить нежного цыпленка, требуется сильный мужчина»). В переводе на испанский эта фраза приобрела несколько иной смысл: «Нужен сексуально возбужденный мужчина, чтобы курица стала нежной».

Производитель канцелярских принадлежностей компания Parker также попыталась перевести свой слоган на испанский. Ее реклама ручки на английском звучит: It won't leak in your pocket and embarrass you (примерный перевод: «Она никогда не протечет в Вашем кармане и не причинит Вам неудобств»). Переводчик ошибся и спутал два испанских слова. В результате, рекламная кампания Parker в Мексике проходила под слоганом «Она никогда не протечет в Вашем кармане и не сделает Вас беременным».

Авиакомпания American Airlines установила в своих самолетах кожаные кресла и решила сообщить об этом мексиканским потребителям. На английском слоган звучал прекрасно: Fly in Leather («Летай в коже!»). В буквальном переводе это выражение обрело иной смысл: «Летай голым!».

Читатель, улыбнись! из МИЛИЦЕЙСКИХ ПРОТОКОЛОВ

* «...застрелен при попытке самоубийства с моста».

* «Труп гр. Иванова до 22 часов был жив и зашел в помещение вокзала и скоропостижно скончался».

* «Он был задержан за то, что, идя по улице, нецензурно удивлялся ширине впереди идущей женщины...»

* «Труп лежал головой к колокольне и в то же время к сельсовету».

* «Мною у подозреваемого были изъяты волосы с головы».

* «На месте происшествия была обнаружена и изъята ерная вязаная шапка с прорезями для глаз, не принадлежащих хозяину».

* «Гр. Е. нанес около 5 ударов молотком по голове гр. Я., который до этого нанес 3 удара молотком по голове гр. Е. Оба потерпевших находятся в следственном изоляторе».

* «Ноги вытянуты вдоль тела».

* «Направляю вам на проживание и содержание труп...»

* «Ворованные куры в числе 14 голов частично погибли, частично сдохли».

* «Кровоподтек в области ношения часов».

* «Половой жизнью ранее не жила, имеет 17 беременностей и 17 аборт».

* «Имеется рана левой верхней брови».



В Украине: рег. уд. КВ 2847 от 3.10.97
Учредитель и главный редактор С.Я.Костанда

В России: рег. № 018633 от 25.03.99
Учредитель А.Н.Мозжухина
Издатель и редактор: Н.Б.Краснобельмова
111141, г.Москва а/я 473

Издатель: Агентство «ИСКРА», телефон: 55-56-11
Адрес для писем: 83087 г.Донецк, а/я 2314
E-mail: kostanda@mail.ru; iskra_ua@yahoo.com
http://www.zona.com.ua/www/index.htm
Главный редактор С.Я.КОСТАНДА

Отпечатано в типографии Михайлова
Тираж 12500 экз. Общий тираж 17000 экз.

Мнение авторов может не совпадать с мнением редакции. Перепечатка статей — с разрешения редакции.
Рукописи не возвращаются. Просьба: не использовать газету в хозяйственных целях.
Если вы прочли газету, подарите ее друзьям или соседям.

№ 11

июнь 2003 г.

Медицина. Альтернативный подход

САМО ИЩЕЛЕНИЕ ДА ДЛГОЛЕТИЕ

Основана в 1994 году, выходит 2 раза в месяц

Подписной индекс: для Украины 41332
для России 25593
99243, 15602

SARSкая напасть из Китая

«... Но Господь пощадит Россию»

**Рецепты от ревматизма,
болей в спине и желудке**

**Помощь храпящему и
совет неспящему**

**Как выпечить поджелудочную
железу, печень**

**Почему 4-го числа увеличивается
количество несчастных случаев**

Аллергия на секс

Соблазны безотказности

№ 11 (ИЮНЬ)
2003 ГОД
В НОМЕРЕ:

Соблазны безотказности	2
Чистый свет молитвы	3
В Германии растет «отвали»	4
«Читающий да разумеет»	6
В движении - жизнь	8
В лабораториях мира	10
Почему жена не спит? Потому что муж храпит	12
Бессонница в летнюю ночь	13
Вредные соседи	14
Аллергия ... на секс	15
Вирус бродит в Поднебесной	16
Живая еда	18
Не спешите покупать парик	20
Маленькие путешественники	21
Кресло, в которое не хочется садиться	22
Спасибо газете	23
Рецепты деда Матвея	24
Летнее оздоровление - легко, приятно, вкусно	26
Солнечный круг - наш друг	27
Путь к гениальности	28
Астрологический прогноз на 2-ю половину июня	29
Клуб феноменов	30
Полезная страничка	31

- Я беру сына почти во все заграникомандировки. Каникулы он проводит в Италии. У нас там дом на берегу моря... На шестилетие подарю ему автомобиль. Нет, не БМВ, нашу «Ладу». Ему нравится быть сыном богатого человека, но я объясняю ему, что все имеющееся у нас сегодня завтра может исчезнуть и начинать придется все сначала, - так считает отец пятнадцатилетнего Владимира, преуспевающий бизнесмен.

«Все лучшее - детям!» - говорили когда-то коммунисты. Но каждый прекрасно понимал, что на всех детей «лучшего» не хватит, поэтому всевозможные детские радости в застойные времена доставались, как правило, детям, чьи родители относились к эшелонам власти. **Сегодня все лучшее стало доставаться детишкам, чьих родителей называют «новыми русскими» независимо от региона их проживания.**

- Мне иной раз жаль этих детишек, - призналась мне одна учительница центральной школы Донецка. - Приходя в класс, они всем своим видом показывают, что они хозяева жизни и могут вести себя как заблагорассудится, делать, что захочется, а точнее, не делать вообще ничего. Мы пытаемся им внушить, что все имеющееся у них - это заслуга родителей, но действуют такие внушения слабо. Наверное, объяснять это должны не учителя, а родители...

- Как тебя зовут? - спросил я как-то у пятилетней девчушки. «Королева», - был ответ. Оказалось, что «королеву» зовут Карина, а «титул» она получила от мамы, которая считает, что окружающие должны относиться к ее дочери соответственно ее «королевскому происхождению». У Карины имеется гувернантка. Девочка получает все, что захочет. Любит красивую одежду и красную икру. Отец с матерью считают ее желания законом.

... В кружок танцев во дворец «Юность» Дашу приводит крепкий парнишка лет двадцати восьми - тридцати. Сначала я думал - брат. Оказалось - охранник. Некоторым и это по карману. Насмотревшись боевиков, обеспеченные родители считают, что их ребенка могут украсть с целью получения выкупа и потому обезопасить его жизнь просто необходимо.

Учителя частных школ, няни, гувернантки полагают, что дети «новых» сильно отличаются от своих

ровесников, «простых» детишек. И дело не в том, что их привозят в школы в дорогих «лимузинах».

Эти дети не любят играть и общаться с другими сверстниками, хотя, чтобы заниматься только ими. Мой знакомый учитель платного лицея

как-то в порыве откровения сказал: «Если бы не хорошие заработки, вернулся бы в простую школу. Здесь нервы не выдерживают. Этой детворе не нужны учителя. Компьютер - вот их

царь и бог, они могут сидеть за ним по несколь-

ку часов кряду. С ужасом думаю, что когда-нибудь эти дети вырастут и станут управлять страной. Нелегкие времена наступят...». Хотя, казалось бы, куда хуже...

Семиклассница явно переусердствовала с косметикой. В ответ на замечание учительницы ее мать заявила: «Моя дочь - маленькая женщина. Почему же она не может прийти в школу накрашенная? Вы же перед работой делаете себе макияж?». А девочка вылила на себя почти флакон духов и извела лака для волос столько, что хватило бы на несколько причесок.

«Новые» считают, что их долг обеспечить своим детям счастливое, в их представлении, детство. Отпрыски новоиспеченных нуворишей учатся в престижных частных школах, куда их привозят в дорогих иномарках в сопровождении охраны, их одевают в бутиках всемирно известных модельеров, отдыхают они только за границей. Как сложится взрослая жизнь маленьких богачей, неизвестно. Пока же родители считают, что обеспеченный малыш должен сполна получить все, чего не имели его преуспевающие предки в своем «коммунистическом» детстве...

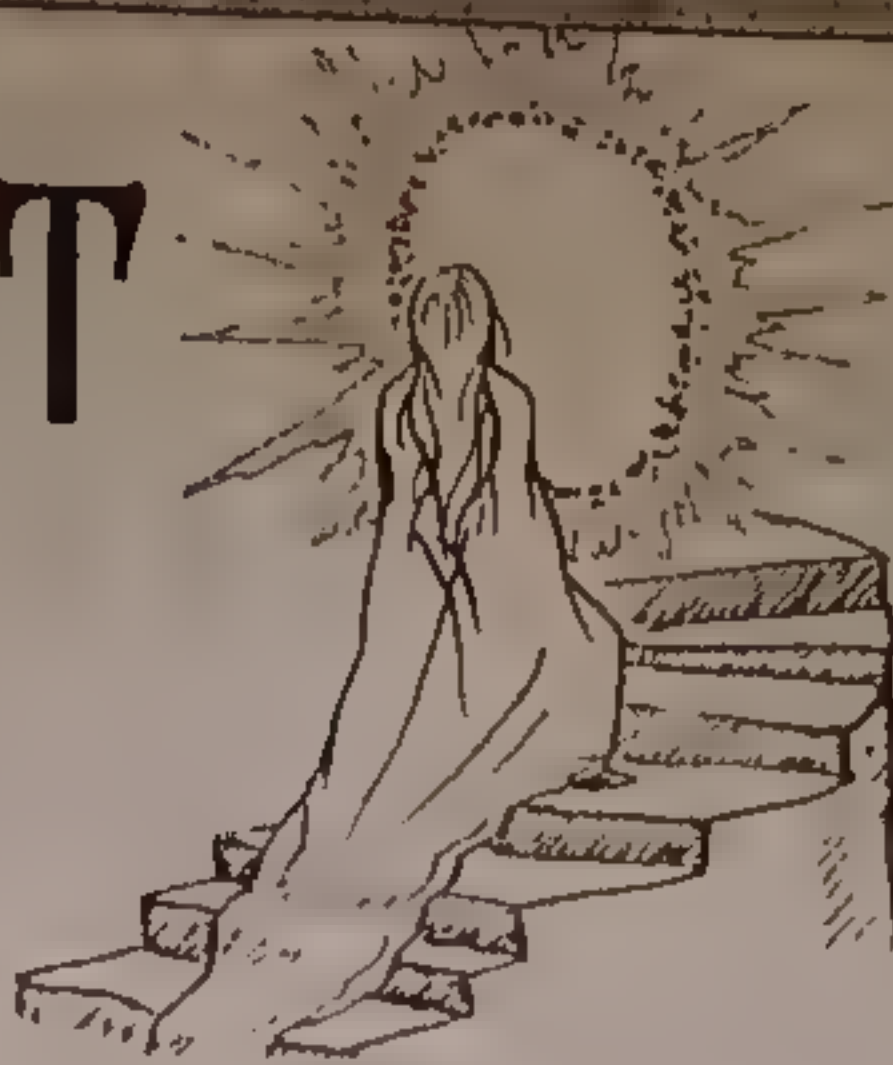
Вот только правы ли они? Лично я не уверен.

Валерий Веселов

Чистый свет

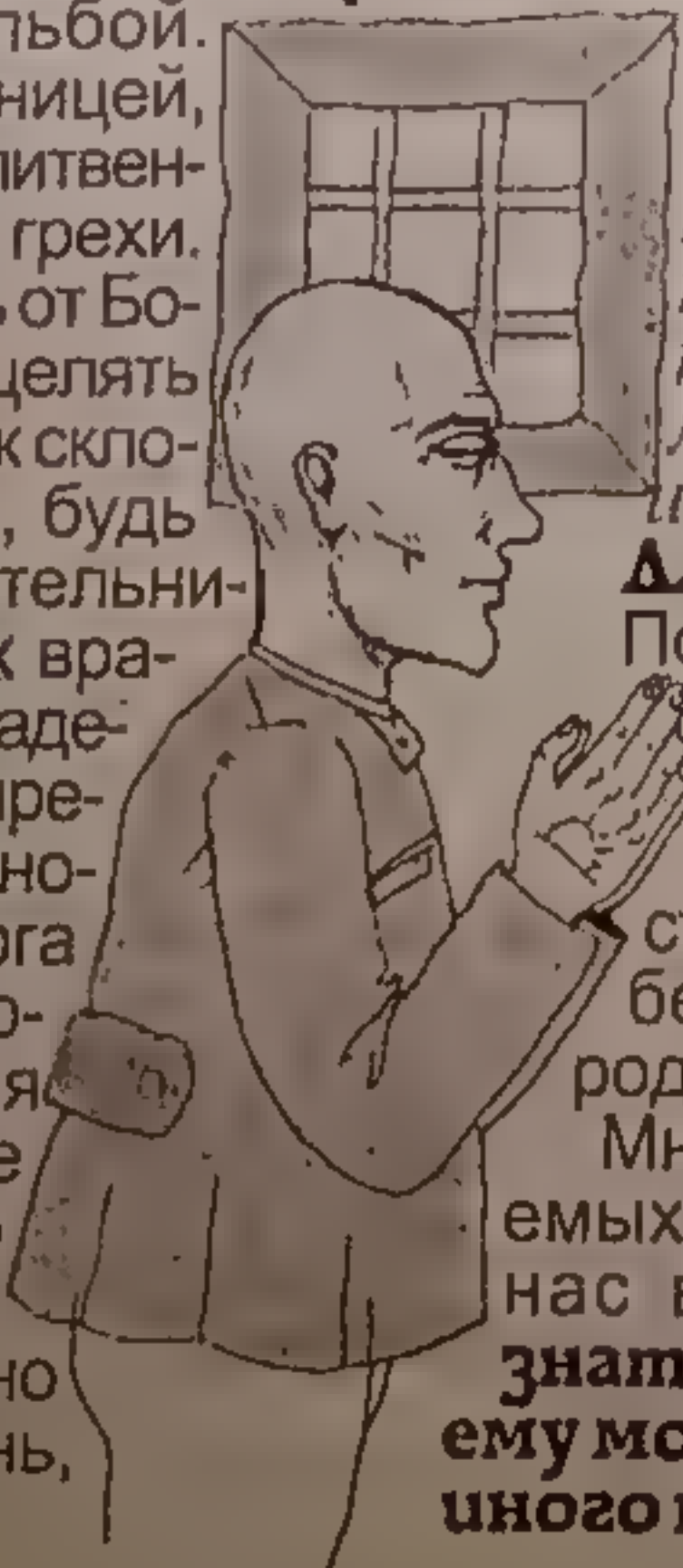
МОЛИТВЫ

Разное случается в жизни. Как говорится, от сумы да от тюрьмы не зарекайся. Какие молитвы возносить к Господу в случае, если вы или ваш близкий угодили в места не столь отдаленные?



Как мы и обещали в прошлом номере, сегодня мы даем тексты Святого писания, которые, помогут вам пережить горе. Молитвенное обращение к святой Анастасии Узорешительнице поможет узнику сохранить бодрость духа. Анастасия сама понесла домашнее заключение от своего жестокого мужа и, освободившись по воле Господа, посвятила всю жизнь свою на то, чтобы облегчать участь заключенных: приносила в темницы пищу, питье, одежду, перевязывала больным раны, покупала для узников продукты питания.

«Святая Анастасия Узорешительница! Помоги мне в моей горести, не оставь своей милостью. Душой на небесном престоле стоящая, вкушающая Господнюю милость! Ликом святым почий на стенах мрачного узилища и дай мне, рабу Божьему (рабе Божьей) (имя) вкушать наслаждение славы Божьей. Призри своим оком на стоящего перед тобой, протяни к Господу мои молитвы и испроси душе моей оставление согрешений. За беззаконие свое не смею я вознести очи к высоте небесной, потревожить Всевышнего своей мольбой. Будь же моей заступницей, призываю тебя как молитвенницу за мои прошлые грехи. Ты приняла благодать от Богородицы страсти исцелять и горести изгонять, так склонись же над узником, будь ему в печалих утешительницей, в недугах лютых врачевательницей и в нападениях защитницей. Не презирай меня, недостойного, ходатайствуй у Бога благодати для возлюбившего тебя. Во имя Бога единого, в Троице Святой славимого Отца, и Сына, и Святого Духа, ныне и присно и во веки веков. Аминь, аминь, аминь».



Желающие скорейшего освобождения могут молиться следующим образом:

«Господи Иисусе Христе, Боже мой, святого апостола Твоего Петра от уз и из темницы без всякого вреда освободивший, прими мою смиренную молитву. Будь милостив в оставлении грехов рабу Твоему (рабе Твоей), недостойному (ой) (имя), в темницу заключенного (ой). Господи человеколюбивый! Всесильною Твоей десницей от всякого зла огради меня и выведи на свободу. Господи всемилостивый! Как некогда Иосифа, заключенного в египетской темнице, преславно освободил, так ныне молю Тебя избавить меня от уз и горькой беды. Милосердия источник и благодати пучина, не призри недостойного (ую) раба (у) Твоего (ю) (имя), услышь меня и скоро помилуй. Да взойдет к тебе воздыхание окованного (ой). Всещедрый Боже! Как Манассию, старшего сына Иосифа, от горького заточения молитв ради помиловал, ныне молящегося (молящуюся) помилуй. Тебе славу воссылаю, во имя Отца, и Сына, и Святого Духа. Аминь».

«Уважаемая редакция! Пожалуйста, напечатайте молитву от боязни воды. Мой внук после тюремного заключения не может пересилить страх и войти в реку, море».

Д.И. Моргунова, г. Одесса.

Подобных писем в редакцию приходит очень много. Поэтому мы решили привести сразу несколько чудотворных молитв от стихийных бедствий, боязни перед природными стихиями.

Много неожиданных и ожидаемых опасностей подстерегает нас в жизни. **Всегда нужно знать, какому угоднику Божьему молиться в случае того или иного происшествия.**

При опасности на воде нужно просить заступничества святителя Николая. Верование в его помощь на водяном пути уже вышло за рамки православия и разошлось по миру, ибо «многожды плавающим по морю пособствующи...».

Боящимся смерти от мороза следует молиться праведному Прокопию Устюжскому Чудотворцу, Христа ради юродивому. Не принятый никем, в морозную ночь, когда птицы замерзали на лету, Прокопий ждал смерти на паперти церковной, но воззвал к Господу и был согрет явившимся к нему ангелом.

Тем, кому грозит опасность погибнуть от огня, покровительствует священномученик Василий, епископ Севастийский. Пред тем как спасти из огня отрока, Власий молил Бога о том, чтоб ему дарована была благодать помогать людям в этой смертельной опасности.

Добрые люди, которые по роду своих занятий имеют возможность быть убитыми на войне, должны носить с собой иконку преподобномученицы девы Феклы. Один воин, который впоследствии стал пустынноником и был причислен к лику святых, видел уже перед глазами нацеленное копье неприятеля, но, призвав Господа на помощь именем Феклы, вдруг чудесным образом спасся.

В плену у врагов нужно молиться праведному Симеону Богоприимцу. Некогда попал в плен военачальник Петр Афонский. Сначала он просил о помощи чудотворца Николая. Но Николай, явившись к нему, научил его молиться праведному Симеону Богоприимцу. Петр помолился со слезами и был чудесно освобожден праведным Симеоном. Даже ему, который был отпущен, дарована Божья Благодать отпускать других. Можно молиться и преподобному Петру Афонскому, потому что он долго и тяжело страдал в плену.

А православный, который боится умереть без исповеди и причащения, должен молиться великомученице Варваре. Какую благодать испросила себе Варвара перед смертью, примерами той же благодати полна ее жизнь. Она спасает от внезапной смерти. Молитвенницей о предсмертном напутствии она признана издавна даже людьми иных вероисповеданий.

В Германии растет «ОТВАЛИ»

Загорайте чаще, но меньше

Новые данные исследований о влиянии солнечного света на кожу показывают, что наибольший вред приносят спонтанные многочасовые приемы солнечных ванн.

Австралийские исследователи обнаружили, что если каждый день кожа равномерно получает ультрафиолет, это гораздо безопаснее, чем то же количество излучения «оптом», полученное во время выходных, отпуска или сеанса в солярии. Основной фактор рака кожи — не время нахождения под солнцем, а интенсивность и резкость облучения.

Болезнь четвертого числа

Среди китайцев и японцев распространено поверье, что 4-е число каждого месяца — несчастливый день. Врачи решили проверить, влияет ли это мнение на здоровье людей. Проанализировав свидетельства о смерти более 200 тысяч японцев и китайцев, исследователи обнаружили,

Молния бьет рентгеном

Американские ученые экспериментально подтвердили, что при ударе молнии возникает рентгеновское излучение. Еще в 1925 г. ученые предположили, что при грозе происходит вспышка высокоэнергетического излучения. Сотрудники Международного центра по изучению молний при Университете Флориды (США) решили проверить эту гипотезу экспериментально. Они инициировали удары молний, выстреливая в грозовые облака ракетами, за которыми тянулись заземленные провода. Принцип, на котором основан этот метод, в 1752 году предложил Бенджамин Франклин. Он запустил во время грозы воздушного змея на бечевке, к нижнему концу которой был привязан металлический предмет. В экспериментах, проведенных во Флориде, индуси-

рованные молнии били в определенное место — специально построенную башню, что позволило изучить грозовой разряд в деталях. Приборы зарегистрировали мощные всплески рентгеновского излучения, гамма-лучей и быстрых электронов. Они возникали непосредственно перед вспышкой света и длились не более 100 микросекунд.

«Мы не рассчитывали увидеть что-нибудь», — заявил Мартии Юман, один из исследователей, — но неожиданно оказалось, что почти с каждой вспышкой регистрируется рентгеновское излучение».

Доказать образование рентгеновских лучей без специальных экспериментов было трудно из-за того, что молнии — явление достаточно редкое и случайное, кроме того, их сопровождает электромагнитный «шум», мешающий регистрации.

что 4-го числа каждого месяца смертность увеличивалась. Например, количество несчастных случаев, вызванных сердечным приступом, выросло более чем на 10%. Подобную статистику врачи констатируют и среди европейцев, только у них она приходится на 13-е число.

У жуликов сердце не болит

Английские ученые разработали шкалу стресса и его деструктивного воздействия на организм. Согласно их выкладкам, смерть тянет на 100 баллов, развод — на 37, а неурядицы с законом — лишь на 11.

Душистое пугало

Садоводу — любителю из Германии удалось вывести необычное растение, которое он окрестил «отвали!»: его специфический аромат отлично отпугивает кошек и собак, решивших справить нужду на газоне или лужайке. Стоит животному случайно задеть растение, как оно тут же издает резкий запах, который и выпроваживает «нарушителя». Душистое пугало и на вид красиво, что делает его вдвойне незаменимым для садоводов и дачников.



Пирожок и дружок

Каких только способов не предлагают женщинам, чтобы те могли определить, насколько силен любовник. Одна из английских фирм, специализирующаяся на выпечке, опубликовала свой тест. По утверждению ее шеф-поваров, мужчины, предпочитающие пирожки с мясом всем остальным, весьма активны в постели и хорошо развиты физически. Любители начинки из мяса и картошки более чувственны и романтичны. Тот, кто чаще покупает пирожки с рубленой говядиной и луком, уверен в себе и превосходно целуется (неизвестно только, способствует ли этому лук). Мужчины, которые отдают предпочтение пирогам с луком и сыром, — эстетствующие особы, презирующие грубость и обожающие шампанское. Курица с грибами — любимая начинка страстных любовников, любящих массаж, быстрый секс и другие плотские радости. К сожалению, сексуальность вегетарианцев и сладкоежек почему-то не оценили.

Дома в джинсах

Канадская компания разрабатывает новый материал, в который можно будет «одеть» здания любой формы. Ткань, напоминающая голубые джинсы, сделана из гибких солнечных панелей, вырабатывающих электрический ток.

Изобретатели надеются, что производящий энергию материал подтолкнет архитекторов к созданию смелых проектов сооружений, которые можно будет «укутать» в гибкие солнечные батареи. Вероятно, не за горами время, когда для подзарядки в новую ткань будут оборачивать плееры и сотовые телефоны. Представитель компании Spheral Solar of Cambridge в Онтарио Милфред Хаммербахер обещает приступить к производству «одежды» для зданий в следующем году.

В отличие от обычных солнечных батарей новый материал не имеет твердой кремниевой осно-

Пчелы и магнитные поля

Задолго до возникновения жизни на Земле уже были магнитные поля, и биосфера, естественно, формировалась под действием этих полей. Теперь ученые обнаруживают разнообразные биологические эффекты магнитного поля. Сотрудники Российского государственного аграрного заочного университета Е.К. Еськов и А.В. Дарков исследовали магнитную восприимчивость пчел и влияние магнитного поля высокой напряженности на их развитие.

Оказалось, что пчела обладает свойством магнитного диполя и разворачивается в неоднородном магнитном поле. Пчелу усыпляли углекислым газом и подвешивали, бесчувственную, на волосе длиной 25 см между полюсами магнита (продольной осью тела вдоль его полюсов) с индукцией 1,5 Тл. Чем дольше пчел «морили» в углекислом газе, тем на больший угол они разворачивались в магнитном поле. После получасовой экспозиции, вызывающей снижение метаболизма пчелы, угол разворота составлял около 10 градусов, а после 36 часов в углекислом газе, когда пчела была уже мертва, она разворачивалась примерно на 24 градуса. Таким образом, ученые подтвердили, что пчела действительно обладает свойствами диполя и соответствующим образом реагирует на магнитное поле.

Получив этот результат, ученые задумались над тем, что будет со взрослой пчелой, если она попадет под влияние магнитного поля в стадии куколки. Куколок фиксировали между полюсами магнита (статический режим) или вращали между ними со скоростью 30 оборотов



в минуту (динамический режим). При этом максимальное удаление куколок от полюсов магнита составляло 12,5 см, что соответствовало снижению индукции поля с 1,5 до 0,25 Тл. Оказалось, что магнитное поле убивает куколок в зависимости от режима и продолжительности действия. Более губительным оказался динамический режим: 30 минут воздействия убивал пятую часть личинок, а за час погибала четверть. У многих выживших и повзрослевших насекомых ученые обнаружили аномалии развития, в основном крыльев и ротового аппарата. Крыльев не было совсем или же они были длиннее нормы. Хоботки оказались на треть короче или немного длиннее, чем положено. Закономерность та же: чем дольше воздействует поле, тем больше уродств оно вызывает, а динамическое воздействие опаснее статического. Факты сами по себе интересные, но практического применения пока не нашли.

вы. Между двумя слоями алюминиевой фольги, покрытой пластиком, зажаты тысячи маленьких кремниевых бусинок, каждая из которых работает как крошечная солнечная батарейка, поглощая солнечный свет и превращая его в электроэнергию. Шероховатая поверхность, созданная бусинками, поглощает больше света. Поэтому эффективность у гибкого материала не меньше, чем у обычных фотоэлектрических панелей, и достигает 11 процентов.

Доктор, подарите ваш портрет

Больные выздоравливают быстрее, если в палате или стоит, а если висит, то на стене большая фотография их врача. Такую закономерность выявили эксперименты, проведенные в одной из больниц США. Исследователи предлагают разместить фотографии врачей и в холлах больниц, как это делают с портретами актеров в фойе театров.

«ЧИТАЮЩИЙ ДА РАЗУМЕЕТ»

Будущее во все времена живо интересовало человека. Редакция представляет на суд наших читателей подборку предсказаний православных святых, людей благочестивой жизни, о будущем России.

Наше время повального увлечения астрологией, мистикой, различными пророчествами и рассуждениями, которые характерны для календарного начала века, необходимы работы, позволяющие ориентироваться в этом море разливанном. Еще Платон иронизировал: «Гораздо легче угодить слушателям, говоря о природе идолов, чем о природе людей; ибо невежество слушателей дает полнейшие простор и неограниченную свободу для описания таинственного».

В связи с атипичной пневмонией, СПИДом, терроризмом, общим ухудшением политической обстановки в мире, экологическими проблемами многочисленные лжепророки, гуру и прочая необразованщина подняли вселенский плач о «последних днях» и «конце света».

Что ж, сомневаться в грядущем конце привычного нам, материально осязаемого мира столь же странно, как в собственной физической смерти. И мир, и отдельное существо подвержены тем же непреложным законам рождения и смерти. Отдалить непостижимый конец мы, очевидно, не в силах, но приблизить его можем.

Предлагаемая компактная подборка пророческих высказываний святых и подвижников благочестия дает материал к размышлению. Редакция предлагает ознакомиться с ними, не навязывая, но давая возможность для самостоятельных выводов, и будет благодарна читателям за любые отклики и мнения.

Преподобный Серафим Саровский говорил, что истинная цель жизни — стяжение Духа Святого. Все другие цели и задачи должны быть подчинены этому спасительному пути. Это совсем непросто, говоря более земным языком, в любой жизненной ситуации всегда оставаться человеком.

Каждый день должен быть посвящен очищению души, так как

никто не знает, какой срок земной жизни ему отмерен.

Поэтому, не привязываясь к временам и срокам, не вычисляя их (бесполезное и наивное занятие!), надо постоянно заботиться о Высшем, помня, что встреча с Ним неизбежна. И люди должны знать об этом, не тратя дни и годы своей недолгой жизни на губительную суету сует.

А. Варава

Но Господь помирует Россию

Св. праведный Иоанн Кронштадтский Чудотворец (1829—1908), проповедь 1905 г.: «Россия, если отпадешь от своей веры, как уже отпали от нее многие интеллигенты, то не будешь уже Россией или Русью Святой. И если не будет покаяния у русского народа — конец мира близок. Бог отнимет благочестивого Царя и пошлет бич в лице нечестивых, жестоких, самозванных правителей, которые зальют всю землю кровью и слезами».

Преподобный Серафим Саровский:

«Пройдет более чем полвека. Тогда злодеи поднимут высоко свою голову. Будет это непременно. Произойдет гибель множества верных Отечеству людей, разграбление церковного имущества и монастырей; осквернение церквей Господних; уничтожение и разграбление богатства добрых людей, реки крови русской прольются. Но Господь помирует Россию и приведет ее путем страданий к великой славе...»

Старец Варнава Гефсиманский (ум. 1906):

«Преследования против веры будут постоянно увеличиваться. Неслыханное доньше горе и мрак охватят все и вся, и храмы будут



закрыты».

Афонский старец иеросхимонах АРИСТОКЛИЙ (август 1918): «Сейчас мы переживаем пред-Антихристово время. Много страдания, много мучения. Вся Россия сделается тюрьмой...»

Иеросхимонах Оптиной пустыни о. С. (3 июля 1909): «Пишут мне со старого Афона: наступают скоро 1913—1920-е годы. В эти годы произойдут грозные и небывалые доселе на земле события, когда сами стихии изменятся и законы времени поколеблются. Поистине люди придут в такое дерзкое безумие против Создателя своего и Бога, что время не выдержит и побежит: день будет вращаться, как час, неделя, как день, и годы, как месяцы, ибо лукавство человеческое сделало то, что и стихии стали напрягаться и спешить, чтобы скорее окончить прореченное Богом число для восьмого числа веков. Наступило время гибели Антихриста».

Преподобный СЕРАФИМ САРОВСКИЙ: «Мню, батюшка, что восьмая-то тысяча (от сотворения мира) пройдет. Мню, что пройдет! И вот еще скажу тебе, батюшка: все пройдет и кончится. И обители, батюшка, уничтожатся, а у убогого Серафима в Дивееве до самого дня пришествия Христова будет совершаться бескровная жертва, батюшка!»

«Перед концом будет расцвет»

Иеросхимонах Анатолий (Потанов, ум. 1923) Оптинский (февраль 1917): «...Явлено будет великое чудо Божие, да... И все щепки и обломки, волею Божией и силой Его, соберутся и соединятся и воссоздастся корабль (Россия) в своей красе и пойдет своим путем, Богом предназначенным. Так это и будет явное всем чудо».

Старец Варнава Гефсиманский: «Но когда уже невогнута станет терпеть, тогда наступит освобождение. И настанет время расцвета. Храмы опять начнут воздвигаться. Перед концом будет расцвет».

Иеросхимонах Нектарий (Тихонов, ум. 1928) Оптинский (1920): «Россия воспрянет и будет материально не богата, но духом богата, и в Оптиной будет еще 7 светильников, 7 столпов».

Иеросхимонах Аристоклий, старец Афонский (1918):

«...Конец будет через Китай. Какой-то необычный взрыв будет, и явится чудо Божие. И будет жизнь совсем другая на земле, но не на очень долго».

Св. праведный Иоанн Кронштадтский: «...освобождение России придет с Востока».

Преподобный Серафим Саровский: «Все то, что носит название «декабристов», «реформаторов» и, словом, принадлежит к «бытоулучшительной партии», — есть истинное антихристианство, которое, развиваясь, приведет к разрушению христианства на земле и, отчасти, Православия и закончится воцарением Антихриста над всеми странами мира, кроме России, которая сольется в одно целое с прочими славянскими странами и составит громадный океан, пред которым будут в страхе прочие племена земные. И это так верно, как дважды два — четыре».

Старец Глинской пустыни Порфирий: «Со временем падет вера в России. Блеск земной славы ослепит разум, слова истины будут в поношении, но за веру восстанут из народа неизвестные миру и восстановят попорченное».

Старец Серафим Вырицкий, последний духовник Александр-Невской лавры: «Пройдет гроза над Русскою землею. Народу русскому Господь грехи простит, и Крест Святой Божественной красою на Божьих храмах снова заблестит. Открыты будут вновь обители повсюду, и вера в Бога всех соединит, и колокольный звон всю нашу Русь Святую от сна греховного к спасению пробудит. Утихнут грозные невзгоды, своих врагов Россия победит, и имя Русского Великого народа как гром по всей Вселенной прогремит».

Архиепископ Феодан Полтавский, ректор Санкт-Петербургской Духовной академии (1930): «Приход Антихриста приближается и уже очень близок. Время, разделяющее нас от его пришествия, можно измерить годами,

самое большее — десятилетиями. Но перед его приходом Россия должна возродиться, хотя и на короткий срок. И Царь там будет, избранный Самим Господом. И будет он человеком горячей веры, глубоко ума и железной воли. Это то, что о нем было нам открыто. И мы будем ждать исполнения этого откровения. Судя по многим знамениям, оно приближается; разве что из-за грехов наших Господь отменит его и изменит Свое обещанное. Согласно свидетельству слова Божия, и это тоже может случиться».

Преподобный Серафим Саровский: «...Но не до конца прогнозируется Господь и не допустит разрушиться до конца земле Русской, потому что в ней одной преимущественно сохраняется еще Православие и остатки благочестия христиан».

Старец Алексей Зосимовский (1918): «Кто это тут говорит: пропала Россия? Что погибла? Нет, нет, она не пропала, не погибла и не погибнет, — не пропадет — но надо, значит, через великие испытания очиститься от греха русскому народу. Надо молиться, каяться горячо. Но Россия не пропадет, и не погибла она».

Иеросхимонах Анатолий (Потанов) Оптинский (февраль 1917): «Будет шторм. И русский корабль будет разбит. Но ведь и на щепках и обломках люди спасаются. И все же не все погибнут. Надо молиться, надо всем каяться и молиться горячо. А что после шторма бывает? После шторма бывает штиль. Но уже корабля того нет, разбит, погиб, погибло все!»

Иеросхимонах Аристоклий Афонский (август 1918): «...надо много умолять Господа о прощении. Каяться в грехах и бояться творить и малейший грех, а стараться творить добро, хотя бы самое малое. Ведь и крыло мухи имеет вес, а у Бога весы точные. И когда малейшее на чаше добра перевесит, тогда явит Бог милость Свою над Россией».

«И придет конец всему»

Преподобный Нил Мироточивый Афонский (XVII в.): «...Смущение произойдет от четвертого до пятого (т. е. по прошествии 7400 лет от сотворения мира, между четвертым и пятым столетием, от четвертого столетия до пятого, или, так сказать, в течение двадцатого нынешнего века). Какое сде-

лается тогда хищение! Какое мужество, прелюбодеяние, кровосмешение, распутство будет тогда! До какого упадка снизойдут тогда люди, до какого растления блудом! Тогда будет смущение с великим любопрением (т. е. революции и борьба партий), будут непрестанно препираться и не обрящут ни начала, ни конца. Потом соберется восьмой Собор, чтобы разобрать спор и явить (досл. сотворить) благое благим и злое злым. Земледелец отделяет пшеницу от мякины. Пшеница для человека, мякина же — для скота. Говорим, будучи отлучены, отделены добрые от злых, т. е. правоверующие от еретиков, и на некоторое малое время мирствовать будут люди. (Об этом говорится и в византийских пророчествах.) Но потом снова превратят расположение благое свое, обратятся ко злу злою погибелью погибающих... При всем этом будут думать, что и делатель зла спасется».

Преподобный Серафим Саровский: «Мне, ваше Боголюбие, убогому Серафиму, от Господа Бога положено жить гораздо более ста лет (преподобный жил 73 года, 5 месяцев и один день). Но как к тому времени архиереи так онечестивятся, что нечестием своим превзойдут архиереев греческих во времена Феодосия Юнейшего, так что главнейшему догмату веры Христовой и веровать уже не будут, то Господу Богу благоугодно взять меня, убогого Серафима, до времени от себя привременной жизни и по сем воскресить, и воскресение мое будет, аки воскресение седми отроков в пещере Охлонской во дни Феодосия Юнейшего».

«Открыв мне, — пишет далее «служба» преподобного Н. А. Мотовилова, — сию великую и страшную тайну, великий старец поведал мне, что по воскресении своем он из Сарова перейдет в Дивеев и там откроет проповедь всемирного покаяния. На проповедь же ту, паче же на чудо воскресения, соберется народу великое множество со всех концов земли. Дивеев станет Лаврой, Вертяново — городом, а Арзамас — губернией. И проповедуя в Дивееве покаяние, батюшка Серафим откроет в нем четверо мощей и, по открытии их, сам между ними ляжет. И тогда вскоре настанет и конец всему».

В движении — жизнь

В этом номере читатель вновь встречается с астральным скитальцем ЛЕОНОМ. Сегодня он советует, как подольше оставаться молодым.

Попробуйте не стареть

- Хочешь долго жить — больше двигайся. - Леон перепасовал волейбольный мяч в мою сторону. - Я надеюсь, ты знаком с этой истиной?

- С истиной я знаком, а вот временем почти не располагаю.

- Ну-ну... Чтобы хорошо себя чувствовать, совсем не обязательно мучить по утрам велосипед, бегать, обмотав шею языком, или сигать в прорубь. Можно вообще из дома не выходить. Источник энергии и молодости находится в каждом человеке, просто надо научиться чувствовать его, и тогда с помощью нескольких упражнений можно здорово омолодиться.

- Ты имеешь в виду йогу?

- Вообще-то нет. Хотя йога тоже годится. Есть разные системы: оздоравливающие упражнения, шведская гимнастика, шиацу, тибетская физкультура. Названий много, а суть одна — укрепить тело и душу.

- Расскажешь?

- Рассказывать долго. Возьмешь кое-какие мои записи, вечером полистаешь. Глядишь, и подберешь что и себе и читателям.

Подобный вариант меня вполне устраивал, и уже через 2-3 часа я с интересом вчитывался в записи Леоны. Действительно, труд он проделал в свое время колоссальный, и мне подумалось, что многих наших читателей собранные астральным путешественником упражнения вполне могут заинтересовать.

Валерий Веселов

Общие оздоравливающие упражнения

УПРАЖНЕНИЕ ПЕРВОЕ

Встаньте с вытянутыми параллельно полу руками и вращайтесь вокруг собственной оси в направлении часовой стрелки. Не переусердствуйте — если закружится голова, немедленно сядьте или лягте на пол.

УПРАЖНЕНИЕ ВТОРОЕ

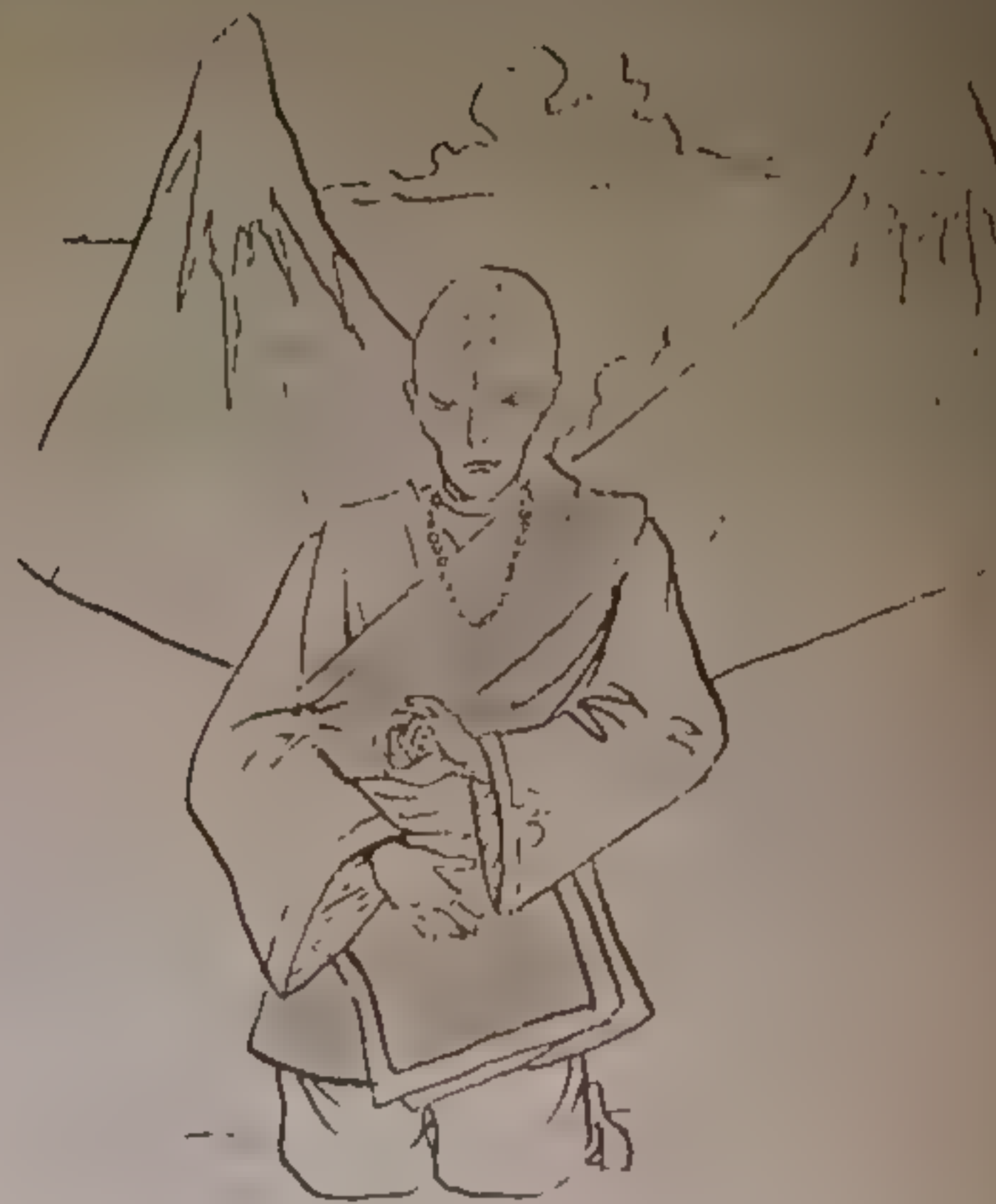
Лягте на спину, руки вытяните вдоль тела ладонями к полу, пальцы вместе. Поднимите голову и коснитесь подбородком груди. Одновременно поднимите прямые ноги на один уровень с головой. Если сможете, продолжайте поднимать ноги. Задержитесь и медленно опустите одновременно голову и ноги. Расслабьтесь и снова повторите упражнение, придерживаясь определенного ритма дыхания: глубокий вдох во время подъема головы и ног, выдох — во время опускания. В перерыве между упражнениями глубоко дышите в том же ритме.

УПРАЖНЕНИЕ ТРЕТЬЕ

Встаньте на колени, ладони положите на икры под ягодицами. Вытяните голову вперед, подбородок тяните к груди. Затем голову отведите как можно сильнее назад и одновременно согните тело, выгибая позвоночник. Руками крепко опирайтесь на заднюю часть икр. Медленно вернитесь в исходное положение. Не забывайте контролировать дыхание. Закрытые глаза во время выполнения упражнения дадут возможность достигнуть нужной концентрации.

УПРАЖНЕНИЕ ЧЕТВЕРТОЕ

Сядьте на пол с вытянутыми ногами, ступни чуть раздвиньте, не сгибая туловища. Ладони положите на полу у ягодиц, подбородок прижмите к груди. Откиньте голову как можно сильнее назад, одновременно поднимая туловище так, чтобы колени были согнуты, а руки были выпростанными. Туловище держите быть параллельно полу, в то же время плечи и икры — перпендикулярно. В этой позиции напрягите все мышцы, через некоторое время медленно вернитесь к исходной позиции.



УПРАЖНЕНИЕ ПЯТОЕ

Лягте животом вниз, опираясь на пальцы рук и ног. Во время упражнения расстояние между руками и ногами должно быть в пределах шестидесяти сантиметров. Руки должны быть перпендикулярны полу, а позвоночник нужно прогнуть так, чтобы тело как бы «висело» над полом. Запрокиньте голову как можно дальше назад. Сгибая тело на уровне бедер, доведите его до позиции, которая будет похожа на перевернутую букву «Л», в это время нужно прижать подбородок к груди. Вернитесь в исходную позицию. Напрягите мышцы в момент верхней и нижней позиций.

Во время выполнения упражнений нельзя ничего делать через силу. Сначала достаточно эти упражнения делать три раза в день. Затем медленно увеличивать: на вторую неделю — до пяти, на третью — до семи, на четвертую — до девяти и так до 21. Но не более! После четырех месяцев занятий выполняйте полное число — 21 утром и по 3 вечером (я лично вечером упражнения не делаю или делаю, когда утром по каким-либо причинам не получается). Для упорных можно увеличивать число вечерних ритуалов и дойти до 21. Все упражнения одинаково важны, но если какое-то упражнение по той или иной причине вы не в состоянии выполнить, то не делайте. Выполняйте следующие, а к этому попробуйте вернуться по прошествии некоторого времени. Конечно, в такой ситуации успех будет приходить медленнее, однако наступит обязательно. Все будет зависеть от упорства и терпения.

Тибетская гимнастика

■ Положите ладони на ушные раковины. Большие пальцы при этом должны располагаться за ушами, а указательные — лежат вдоль всей ушной раковины. Двигайте ладони вниз. Выполнить не менее 30 раз.

Эти манипуляции дарят бодрость, а кроме того, предотвращают появление морщин на лице, массируют лицевой нерв, укрепляют десны и зубы; улучшают зрение, активизируют циркуляцию крови в височной области.

■ Правую ладонь расположить на лбу, а левую ладонь поместить сверху. При движении мизинец проходит над бровями. Двигать ладони вправо-влево, не менее 20 раз в каждую сторону.

Это упражнение усиливает циркуляцию крови, снимает головную боль и головокружение.

■ Массируем закрытые глаза тыльной стороной согнутых больших пальцев. Работаем кругообразными движениями. Выполняем не менее 15 движений.

Такое упражнение предупреждает разнообразные заболевания глаз, улучшает зрение, а также успокаивает нервную систему.

■ Массаж горла: ведем поочередно по горлу ладонями сверху вниз. Ладонь как бы охватывает горло. Выполнить не менее 20 манипуляций каждой рукой.

Это упражнение благотворно влияет на обменные процессы и работу внутренних органов.

■ Лежа на спине, втягивать живот, максимально приближая его к позвоночнику, а затем максимально выпячивать его. Выполнить такие движения не менее 20 раз.

С помощью этого упражнения устраняется застой желчи и крови, активизируется движение лимфы. А также — уходит лишний вес, нормализуется работа печени и кишечника.

■ Лежа на спине, согнуть ногу в колене и с силой подтянуть ее к груди. Пяткой согнутой ноги ударить по ягодице. Резко выпрямить ногу и опустить ее. Выполнить эти движения по 15 раз каждой ногой.

При этом мы укрепляем мышцы живота, массируем внутренние органы и железы внутренней секреции.

■ Теперь сесть в постели и опустить ноги на пол. Левую ногу положить на колено правой ноги и ладонью правой руки массировать свод стопы, совершая не менее 20 движений. Поменять ноги и ладонью левой руки массировать правую ногу.

Это упражнение регулирует работу сердца, а также помогает при воспалении суставов ног, ревматизме и подагре.

Шведская зарядка

1. Разминка — прыжки, бег на месте. Во время движений руки от плеч поднимать вверх. В разминке все движения мягкие и плавные, тело только разогревается.

2. Упражнение для рук — ноги прямые, руки вытянуть в стороны ладонями вверх. Резко повернуть ладони на 360 градусов. От этого упражнения укрепляются суставы рук.

3. Упражнение для талии — на счет «раз, два, три» делать наклоны верхней части туловища вправо, потом влево.

4. Упражнение для ног — лежа на боку, опираться на локоть, вобрать в себя живот. Вытянуть ногу под углом примерно в 30 градусов, поднимать и опускать. Делать с усилием. Повторить то же самое для другой ноги. Упражнение для мышц ног, икр и ягодиц — лежа на животе поднимать и опускать ногу (левую, потом правую) с напряжением мышц. Тело устремлено вперед.

5. Упражнения для живота — лежать на спине, ноги согнуты, руки за головой. Поднимать и опускать верхнюю часть туловища — делать это, напрягая мышцы живота.

6. Упражнение для ягодиц — лежать на спине, ноги согнуты. Поднимать и опускать ягодицы, напрягая мышцы икр и ягодиц, перенося тяжесть на плечи.

7. Заключительное упражнение — лежа на спине вытянуть руки за голову. Напрячь мышцы ягодиц и икр, втянуть живот, а затем расслабиться от кончиков пальцев рук до кончиков пальцев ног.

■ Следующее упражнение также выполняется сидя. Сложить пальцы рук в замок, расположивших на затылке. Круговыми движениями массировать затылок, откинувшись назад. Выполняем не менее 10 движений.

Такое упражнение усиливает ток крови в голове, движение спинномозговой жидкости. Отлично влияет на состояние шеи и груди.

■ Завершаем комплекс массажем внутреннего уха. Ладони расположить на ушных раковинах, пальцы, почти соприкасаясь, — на затылке. Поочередно постукивать кончиками пальцев по затылку. Упражнение возбуждает затылочную часть коры головного мозга, рекомендуется также при шуме в ушах, предупреждает глухоту, помогает при головных болях.

Как сохранить кожу лица

Шиаци — так Японии женщины в называют каждодневный массаж лица, который они используют издавна, чтобы сохранить гладкой свою фарфоровую кожу. Перед тем как приступить к массажу, необходимо очистить кожу лица.

1. Найдите чувствительные точки на висках, при надавливании на которые вы испытываете легкую боль. Кончиками пальцев массируйте кругообразными движениями от ноздрей к вискам. Это упражнение нужно повторить три раза.

2. Для поддержания блеска в глазах: легко нажмите кончиками пальцев на внешний угол глаз. Нажимайте в течение трех секунд. Повторите нажатие три раза. Нажим на уголки глаз делается особенно осторожно.

3. Против морщинок около рта: кончиками большого и указательного пальцев полминуты массируйте уголки рта, начиная от середины под нижней губой, вверх, к краю уголков губ.

4. Для лба: полминуты, надавливая средним и указательным пальцами двух рук, проводите от середины лба до края волосного покрова около виска, здесь можно немного усилить нажим.

5. Для шеи: обратной стороной ладоней массируйте и поглаживайте шею от середины в сторону и обратно.

6. Для того чтобы кожа выглядела особенно свежей, в конце процедуры возьмите подходящий крем на кончики пальцев и кругообразными движениями нанесите его на щеки и на все лицо.

109 лет кричит «кийя!»

Китайский долгожитель Лу Си-цианг, благополучно доживший до 109 лет, поделился своим секретом долголетия. На завтрак он съедает четыре яйца, шесть булочек и запивает все это стаканом соевого молока. Но главное - строгий режим. Ежедневно долгожитель просыпается в 6 утра и ложится спать в 10 вечера. Не ест на ночь, никогда не спит на левом боку и много двигается. Основой его дневного питания служат овощи. И кроме того, старец ежедневно по нескольку часов занимается восточными боевыми искусствами.



Загореть зрачками

Согласно утверждениям японских ученых, для получения бронзового загара не обязательно часами нежиться на пляже. Оказывается, чтобы интенсивно загореть, можно не подставлять свою кожу под жаркие лучи солнца, достаточно выйти на улицу без солнцезащитных очков - глаза человека служат своеобразными «ловушками» для солнечных лучей.

«Морской женьшень»

Российские ученые из Института биорганической химии Владивостока выделили из морских микроорганизмов около 500 новых биологически активных веществ. По мнению специалистов, из простейших организмов могут быть получены антибиотики, не вызывающие устойчивости у болезнетворных бактерий. Наибольший интерес вызывает дальневосточный трепанг, получивший название «морской женьшень» за большое содержание полезных веществ.

100 граммов в день морской капусты, — и в голове не будет пусто

Детский фонд ЮНИСЕФ сообщает, что в России не существует территории, свободной от проблемы йододефицита. Недостаток йода особенно опасен для детей и подростков, поскольку приводит к умственной отсталости и замедляет развитие. Считается, что эффективно восполнить дефицит йода можно, употребляя в пищу

йодированную соль, 100-200 граммов в день морской капусты (ламинарии) и любые морепродукты. По данным Всемирной организации здравоохранения, заболевания, вызванные йододефицитом, относятся к числу самых распространенных неинфекционных заболеваний человека.

Орех и инжир поела и вскоре забеременела

Сенсационное сообщение сделали американские ученые. По их данным, полученным в результате многолетнего эксперимента, способность к воспроизведению потомства у современных женщин снижается уже к 27-29 годам, а не в 35-36 лет, как считалось раньше. Что же касается мужчин, то способность к полноценному зачатию ребенка уменьшается у них примерно к сорока годам.

И тем и другим для повышения репродуктивных способностей полезны грецкие орехи (если плохо усваиваются, их можно слегка поджарить) вместе с изюмом и инжиром.

Один сок, а сколько смог

Французские медики провели обследование людей, страдающих язвенной болезнью желудка и двенадцатиперстной кишки. Проводя курс традиционного лечения, врачи добавляли в рацион больных свежий сок моркови. В результате было отмечено, что у больных улучшилось зрение и снизился уровень внутриглазного давления.

Без чеснока не лезет в рот «Макдональдсовский» бутерброд.

Каждый четвертый гамбургер с мясом, рыбой или курицей, как правило, остается непрожаренным. Съев вкусный бутерброд, вы можете получить кишечное отравление. Но если к гамбургеру добавить лук или чеснок, это убережет от риска, поскольку эти овощи содержат аллицин, способный уничтожать болезнетворные бактерии.

Кружок «Умелые ноги»

Ученые Университета Миннесоты (США) заявляют: детей необходимо учить танцевать. По их данным, мозг более активно работает у тех, кто регулярно разучивает и исполняет новые танцевальные па. По мнению исследователей, серое вещество у любителей потанцевать всегда находится в хорошей «спортивной» форме.

Похотливый пластырь

Американские ученые завершают работу над созданием гормонозамещающего пластыря. Добавки тестостерона и андрогена, включенные в его состав, вызывают у женщин сексуальную активность, стимулируя гормональные запасы организма. Одно плохо - столь удобное в применении лечебное средство вызывает активный рост нежелательных волос.

Крутит суставы — иди к Дуремару

Клинический эксперимент, проведенный в Казанском медицинском университете под руководством профессора Ильдара Салихова, показал, что у больных ревматоидными артритами и остеоартритами наступают значительные улучшения, исчезают отеки, частично восстанавливается подвижность суставов и уменьшается интенсивность боли после проведения курса гирудотерапии (лечения пиявками).



Настроения упадок, съел лосося — и порядок

Британские ученые получили доказательства того, что включение в ежедневный рацион рыбы помогает справиться с депрессией и психическими расстройствами. Исследования Оксфордского университета показали, что в жирной рыбе, например лососе или макрели, находятся такие важные для человека вещества, как жирные кислоты. Если этих жиров, необходимых для нормальной работы клеток, не хватает, развиваются депрессия и даже аутизм.

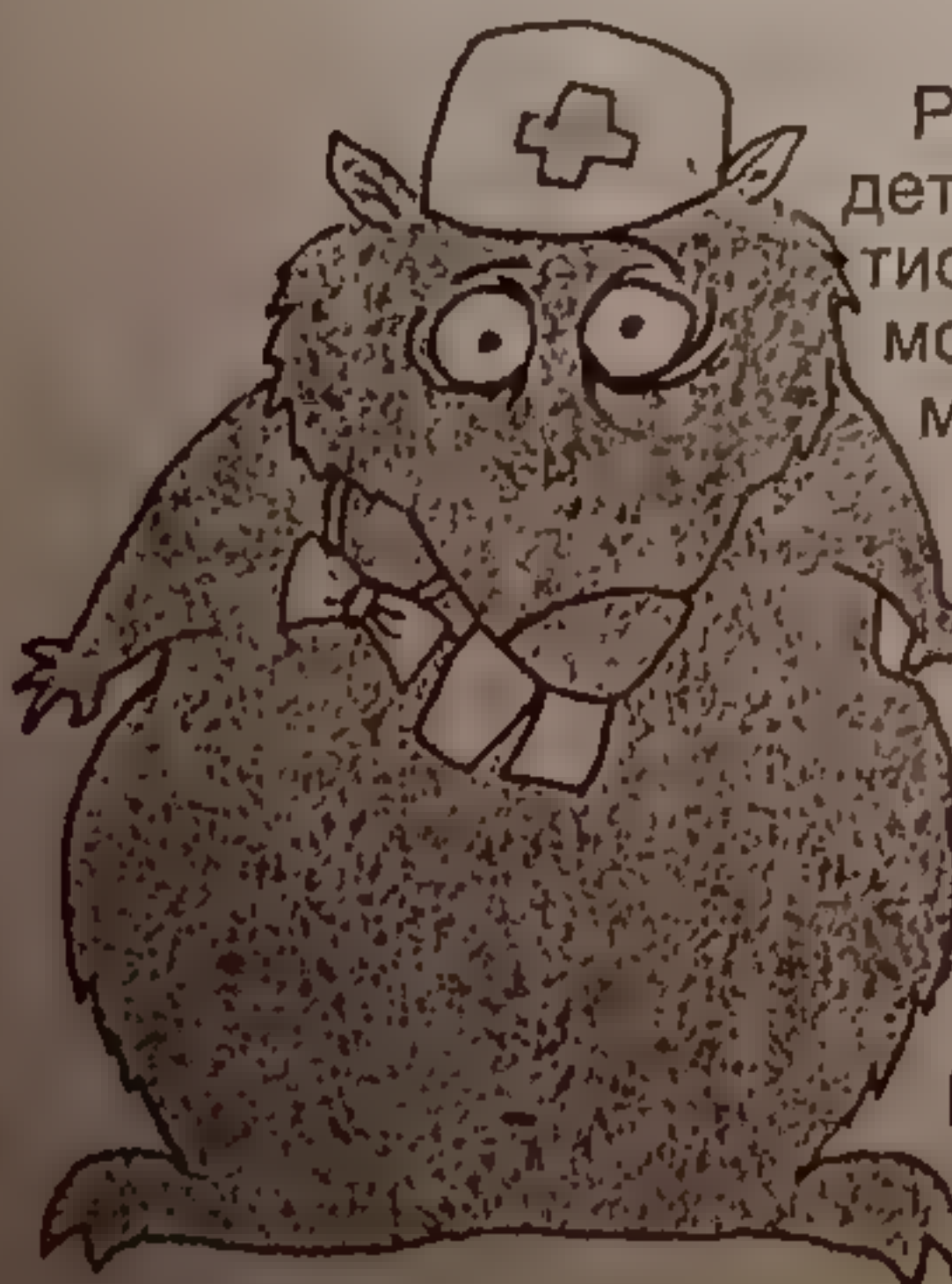
В джазе только дедушки

Китайские врачи провели исследование в уезде Бама (Южный Китай). Причиной пристального внимания к этой провинции стал тот факт, что многие жители этой местности перешагнули столетний рубеж. По мнению медиков, причина в том, что все они... любят петь и делают это каждую свободную минуту. Благоприятно действует и то, что песнопениями они занимаются не по одиночке, а собираясь вместе.

Больной застонал... от удовольствия

Электростимуляцией спинного мозга можно вызвать... массу приятных ощущений. Этот необычный эффект обнаружил Стюарт Мэллой, врач-анестезиолог из Северной Каролины (США). Он ввел электроды в спинной мозг пациента, и тот застонал от удовольствия. Обычно эта неприятная процедура вызывает у больных только отрицательные эмоции. Оказывается, американский доктор размещал электроды на нервных узлах, посылающих сигналы в головной мозг. Боль не исчезала, но менялись ее проявления - пациент чувствовал щемотку и испытывал удовольствие.

Четвероногая вакцина

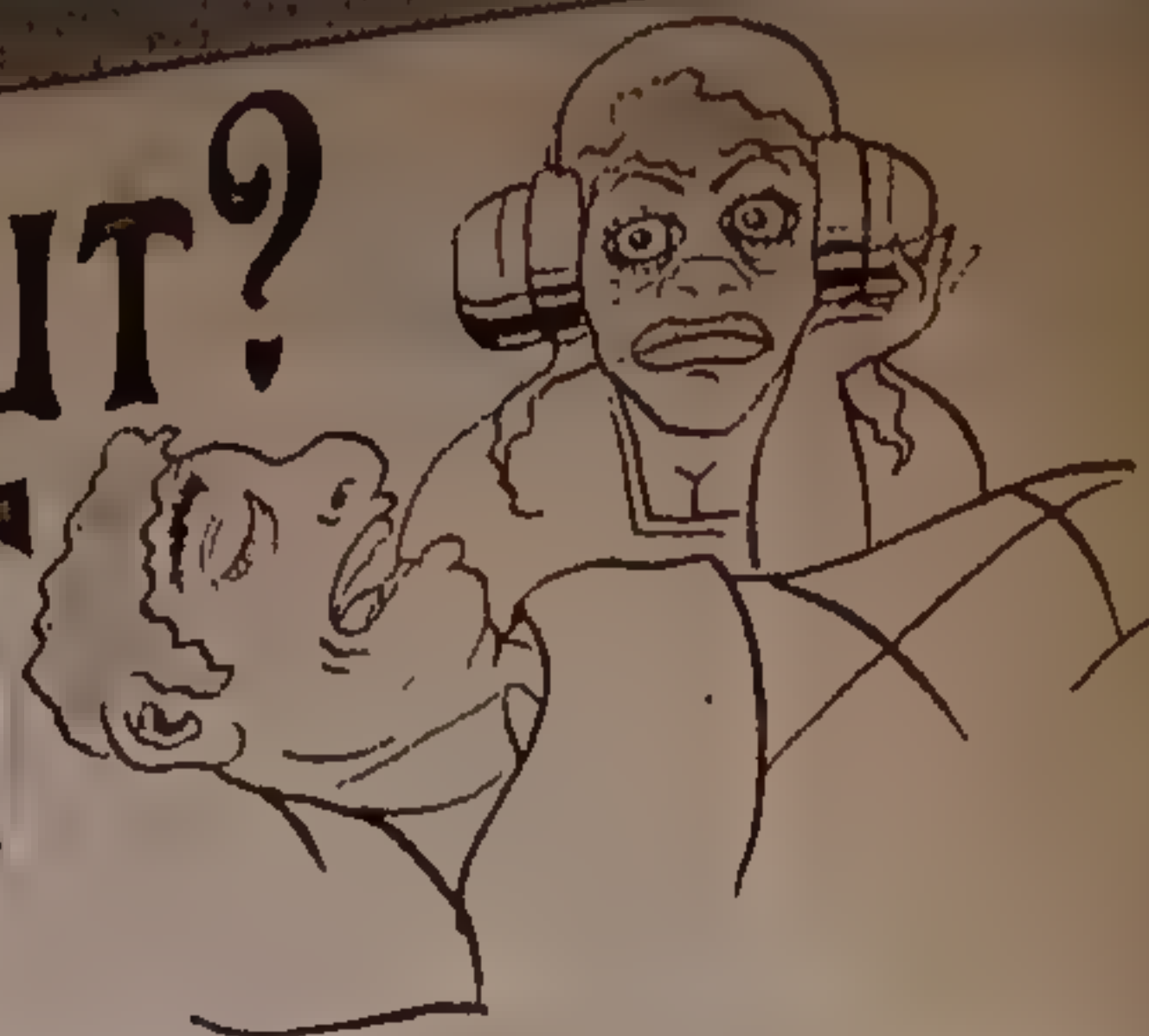


Ребенок будет реже болеть, если вы заведете дома кошку или собаку, а можно обойтись и более мелким животным: хорьком, морской свинкой, черепашкой или рыбками. Ученые считают, что в слюне ребенка, живущего под одной крышей с животным, в большом количестве содержится иммуноглобулин А, который увеличивает сопротивляемость юного организма к различным инфекциям. А пока вы решаете, заводить ли в доме животное, здоровье ребенка можно укрепить семенами льна, которые заменят нелюбимый рыбий жир. 3 чайные ложки смолотых семян смешать с 1 чайной ложкой сахарной пудры, давать ребенку два раза в день по 1 чайной ложке.

Соя вместо шприца

Наркотические болеутоляющие средства, которыми пользуются больные со злокачественными опухолями, может заменить обычная соя. Ученые Университета Джона Хопкинса доказали, что введение соевого белка в рацион больного снижает болевой синдром и уменьшает воспалительные процессы.

Почему жена не спит? Потому что муж ХРАПИТ



По статистике, храпит 25-30 процентов населения земного шара. В подавляющем большинстве храпуны — мужчины. На десять храпящих мужчин приходится всего одна храпящая дама. Так что все это за проклятие такое, ниспосланное на человека, — храп? Всерьез этим вопросом ученые задались только полвека назад. Храп — чисто человеческий феномен. Ни одно животное не способно извергать подобные голосовые рулады во сне. Если у зверя нарушается носовое дыхание, он погибает, не храпя. И если про лошадь говорят, что она храпит, то имеют в виду совсем другие звуки.

О том, что храп вовсе не показатель мужской силы и даже не физическое неудобство, а патология, догадывались и раньше. Первым описал клиническую картину этого физиологического явления Диккенс. В его романе «Записки Пиквикского клуба» есть персонаж — слуга Джо, человек грязный, вечно сонный днем и низвергающий по ночам громоподобные звуки. Сто лет назад врачи так и называли новую болезнь — «пиквикский синдром».

Причина храпа, этого характерного шума, издаваемого спящим, — расслабление во время глубокого сна мускулатуры носоглотки: мягкого неба, глотки, языка, — а также западение языка, что возникает, как правило, когда спящий лежит на спине. Поскольку и среди мужчин не всякий храпит, то можно говорить о физиологической предрасположенности к храпу. Храп наблюдается у лиц, склонных к полноте, имеющих короткую, толстую шею, утолщенное мягкое небо, удлиненный небный язычок. Все эти отклонения от физиологической нормы приводят к сужению зева во время сна. С усилием преодолевая суженное пространство, вдыхаемый воздух вызывает вибрацию небной занавески.

Храп может быть следствием косметических дефектов носоглотки, а может являться симптомом серьезной болезни. Строго говоря, храпеть вредно. Часто у храпящих людей происходит остановка дыхания, так называемый синдром апноэ во сне. Это потенциально опасное состояние, поскольку оно может привести к развитию инфаркта или инсульта. Кроме того, это верный путь к снижению потенции у мужчин. Клинические проявления синдрома апноэ во сне воспринимаются как вполне самостоятельные заболевания, что затрудняет поиск истинной причины

дневных недугов. Это утренние головные боли, дневная сонливость, повышенное артериальное давление. Причем у людей, страдающих синдромом апноэ, утреннее артериальное давление выше, чем вечернее.

Оказывается, у 25-30 процентов мужчин, страдающих повышенным артериальным давлением, причина этого именно в остановках дыхания во сне. Они могут длиться до двух минут.

Во время остановок дыхания снижается уровень насыщения крови кислородом. Организм компенсирует это учащением пульса и повышением артериального давления. Дыхание — единственная вегетативная функция организма, которая имеет двойной контроль — произвольный и непроизвольный. На эту тему есть даже древняя легенда. Фея Ундина, дабы наказать своего неверного супруга, лишила его непроизвольного контроля дыхания. Поэтому, едва заснув, он умер.

Известны случаи, когда новорожденные появляются на свет с синдромом «проклятия Ундины» — отсутствием непроизвольного контроля дыхания во сне. Среди всех храпящих недугом временной остановки дыхания во время сна страдают от 3 до 5 процентов. Поэтому проблема храпунов из чисто медицинской перерастает в социальную.

Все средства прерывания ночного храпа (но не избавления от него) делятся на народные и медицинские.

Народные средства

Настырные цоканья над ухом храпящего или звонкие хлопки в ладоши; подшивание теннисного мячика к пижаме храпуна таким образом,

чтобы тот не смог спать на спине; вставление в носовой ход на ночь резиновой трубочки, которая бы слегка отодвигала мягкое небо. Во всех этих средствах чувствуется некая безжалостность к храпящему, граничащая с садизмом. А в армии храпящему клали портянку на лицо. Говорят, помогало.

Медицинские средства

Стоматологи предлагают надевать на челюсть храпящего пластины, выдвигающие нижнюю челюсть вперед, чтобы не дать запасть языку; сексопатологи разработали курс гормонального лечения; ЛОР-врачи настаивают на специальной лечебной физкультуре, тренирующей мягкое небо; неврологи прописывают храпунам антидепрессанты; косметологи предлагают делать пластические операции на мягком небе и язычке; в аптеках продаются специальные нейлоновые шлемы, фиксирующие на ночь челюсти в закрытом состоянии.

Методы эти не универсальны, применяются строго индивидуально и могут иметь серьезные побочные эффекты. Но панацея от храпа, похоже, все-таки найдена. Австралийский медик Салливан разработал уникальный аппарат. На нос накладывается маска, в которой поддерживается постоянное положительное давление. Прибор этот можно использовать пять ночей в неделю, стоит он \$3 тыс.

За рубежом его выдают по страховке бесплатно или берут напрокат в аптеке. Так что скоро у наших храпунов будет возможность проверить эту панацею на себе.

«ПРОШЛАСЬ ДРЕМА ПО СЕНЮШКАМ, А ДО НАС НЕ ДОШЛА»

Вам знакомо это ощущение: ворочаешься с боку на бок, а заснуть не можешь? Тому бывает множество причин, а летом их число еще увеличивается.

Чтобы заснуть, температура тела должна немного снизиться, что довольно сложно жаркой, душной летней ночью. Выход — кондиционер, вентилятор, в худшем случае — сквозняк. Перед сном примите душ (вода комфортной температуры от 22 до 37°C).

Летом резко повышается солнечная активность. У тех, кто чувствителен к таким переменам, появляются нервозность, повышенная возбудимость, а значит, страдает сон. Меньше бывайте на открытом солнце, носите шляпу, солнцезащитные очки,

«СОН — ЛУЧШЕЕ ЛЕКАРСТВО»

Прописная истина, что сон необходим человеку для восстановления жизненных сил, давно доказана научно. Важен и быстрый сон, во время которого мы видим сны. Известен опыт, когда спящего человека будили всякий раз, когда он наступал. Несмотря на то что в целом сон длился 8 часов, участник эксперимента проснулся разбитым, ощущал слабость во всем теле, а после второй такой ночи у него появились признаки психоза.

Чтобы обеспечить себе полноценный ночной отдых, спите не менее 5 часов, и обязательно «одним куском», не просыпаясь. Здоровый сон может продолжаться гораздо дольше — все зависит от наследственной предрасположенности, воспитания и привычки.

«ОДНИМ УХОМ СПИТ, ДРУГИМ СЛЫШИТ»

Кто чаще жалуется на проблемы со сном, мужчины или женщины? Конечно же, представители слабого пола. По своей природе они более эмоциональны, чем мужчины, и самое главное — у них чаще встречается синдром вегетососудистой дистонии. Это еще не заболевание, но уже отклонение от нормы, при нем повышается чувствительность к внешним раздражителям (световым, шумовым и прочим), к перепадам атмосферного давления, изменению температуры и влажности воздуха. Именно этот синдром часто повинен в расстройствах сна. Если среди ночи вас разбудило шуршание шин проезжающего автомобиля, у вас наверняка имеются проблемы со здоровьем, пусть небольшие. На всякий случай обратитесь к врачу.

БЕССОННИЦА В ЛЕТНЮЮ НОЧЬ

Говорят, в июне ночи коротки: не успеешь заснуть — пора вставать. Но чаще бывает, что проворочаешься целую ночь без сна, идешь разбитый на работу, а про себя думаешь: как же наши предки крестьяне? Работали летом в поле от зари до зари, на нехватку сна не жаловались — видно, знали особые секреты.

Их мудрость осталась нам в наследство в пословицах и поговорках — бери да изучай. Что же, попробуем.

когда солнечные лучи наиболее активны.

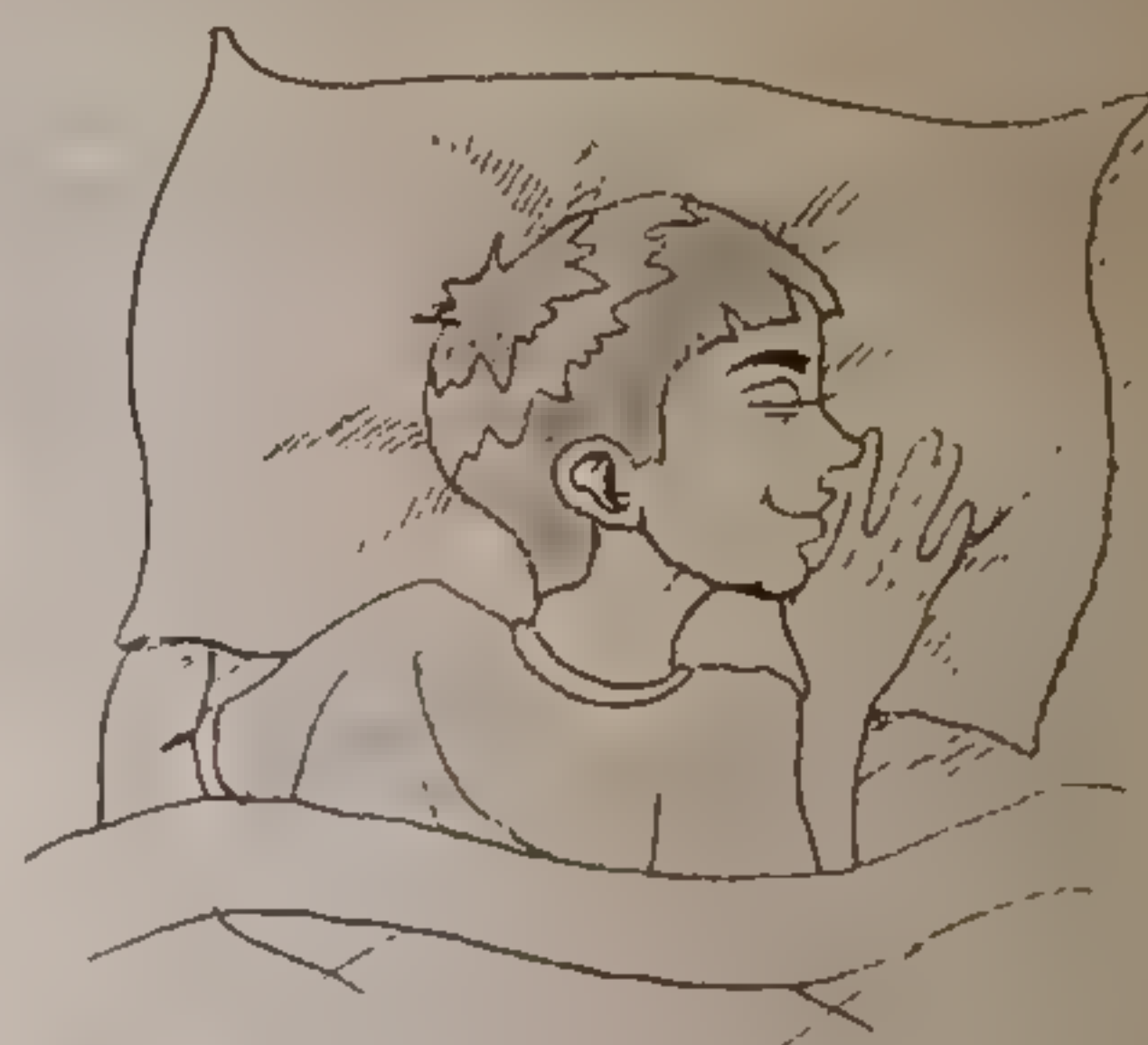
Если вы — заядлый дачник, физический труд на грядках в выходные непременно обернется трудностями с засыпанием, поэтому приучитесь заканчивать прополку и прочие огородные дела за 2-3 часа до отхода ко сну. В будние дни постарайтесь загодя приготовить мышцы к предстоящей работе. По вечерам, не позднее чем за 2 часа до сна, выполняйте упражнения на растяжение, силу и выносливость, займитесь ходьбой или бегом.

Отпуск в доме отдыха или загородном отеле — это стресс, хотя и приятный. Чужая обстановка, непривычная постель — первая ночь может выбить из колеи. Старайтесь придерживаться обычного расписания сна и бодрствования. Кстати, если раньше считалось, что важнее всего укладываться в постель в одно и то же время, теперь специалисты придерживаются другого мнения. Главное — никогда не изменять время приема пищи.

«КУДА НОЧЬ, ТУДА И СОН»

Действительно, почему мы спим ночью? Точный ответ наука пока не дала. Известно, что все в нашем организме подчиняется биоритмам, ритмическим колебаниям гормонов, в свою очередь, их максимальный или минимальный выброс в кровь зависит от стадий и фаз сна, у каждого гормона — свой график работы.

В народе говорят, что один час сна до полуночи равен двум часам сна после. Это правда! Первая половина ночного сна — именно то время, когда господствует глубокий сон, обеспечивающий полноценный отдых, как бы изолирующий нас от всех внешних воздействий. Летом, и тем более в июне, в самом светлом месяце года, временные рамки существенно сужаются. Постарайтесь укладываться в постель как только стемнеет, чтобы первая половина сна пришлась на самое темное время суток.



Научные авторитеты склоняются к мысли, одна бессонная (или беспокойная, с недостаточным, разорванным сном) ночь снижает обмен веществ в мозге на 7%.

СЕМЯ КОНОПЛИ

2 ст. ложки семян конопли мелко растолочь, просеять, залить 1 стаканом кипяченой воды, настоять, укутав, 30-40 минут. Пить теплым в два приема перед сном. Сначала выпить полстакана за 2 часа до сна. Потом, через час, выпить остаток вместе с осадком. Пить обязательно теплым. Принимать 2 недели. Применять от периодической бессонницы.

МАСЛО ЛАВАНДЫ

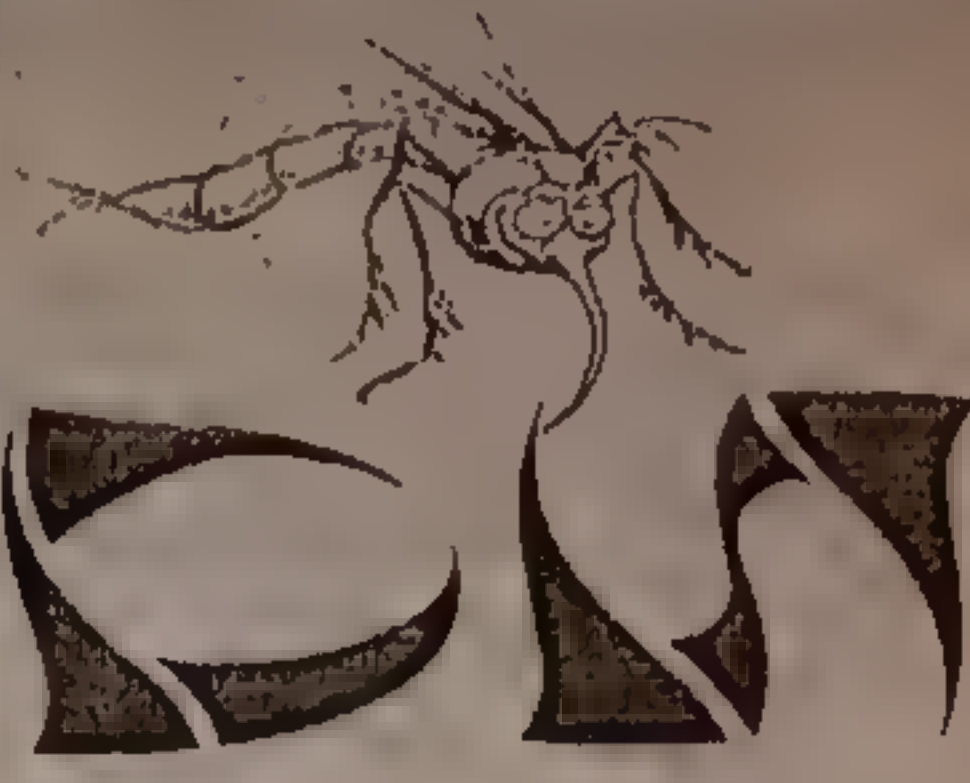
Пред сном смазать маслом виски. Или: 3-5 капель масла лаванды на кусок сахара перед сном с чаем в прикуску. Обеспечивает хороший сон.

А. Петренко.



Вредные

СОСЕСИ



Это самая долгая война в истории человечества и самая длительная история ненависти. Ненависти невзаимной, потому что они нас — любят. Как минимум на вкус. Мы не хотели с этим мириться, изобретая все новые и новые виды оружия. А они — все новые и новые способы защиты. Эти боицы невидимого фронта — насекомые-паразиты, которые живут у нас под боком.

ЖУК-ТОЧИЛЬЩИК

Еще неизвестно, что быстрее погубит Венецию! Наступающая на город вода или легионы жуков-точильщиков, буквально съедающих город изнутри. Так что не зря, наверное, суеверные люди считают, что постукивание, производимое точильщиком, возвещает смерть живущим в доме — ведь если жуков много, с деревянными перекрытиями и стенками, поддерживающими крышу, они справятся на счет «раз».

Чем вредит? Личинки жука проделывают в балках, деревянных стенках и мебели извилистые ходы. Их рабочая смена длится от полугода до двух лет. У жука-точильщика, любителя сухого дерева, есть родственник — жучок-древоточец, который портит влажную строительную древесину.

Как спасаться? Во многие средства от прожорливого гостя входят скипидар, керосин и вазелин. Старайтесь регулярно осматривать и натирать специальной мастикой мебель и паркет в старых домах.

КОМАР

Это насекомое уже давно перестали считать приметой лета. Если в подвале дома стоит вода, комары не дают людям житья круглый год. А уж в начале лета от них просто спасу нет.

Чем вредит? Делают невозможным сон даже в самой уютной постели.

Как спасаться? Зуд от укуса снимает раствор питьевой соды. А от самих кусок избавляются либо отпугивающими жидкостями — репеллентами, либо фумигаторами, постепенно испаряющими смертельные для комаров вещества.

ПОСТЕЛЬНЫЙ КЛОП

Просто терминатор какой-то! Не умирает даже когда ему отрывают голову. Обезглавленный, он может прожить дольше, чем его здоровые ровесники, потому что перестает линять и стареть. Голодать клоп может годами, но уж если унюхал (а он способен почуять человеческий пот за 30 метров) — присосется и съест в 2 раза больше собственного веса.

Чем вредит? Переносит возбудителей туляремии, гепатита, кишечных инфекций. Заражение особенно вероятно, если, расчесывая место укуса, человек раздавил кровососа.

Чем спасаться? Можете попробовать старинные способы: среди них — вымораживание квартиры, поливание дивана кипятком или молитва святому Дионисию Ареопанту. Еще клопов изводили магией. Отлавливали самого большого, привязывали его за «рога» — усики — к нитке, тащили зверя из избы, горько причитая, и оставляли в спичечном коробке около сеновала. Вам смешно? А напрасно — вывести клопов практически невозможно.

РЫЖИЕ ТАРАКАНЫ

Кто топочет на вашей кухне по ночам? Он, прусак! Жив курилка, хотя и вдвое старше вымерших динозавров. Любит влажность и особенно тепло, при температуре ниже + 20 °C размножается неохотно, а при — 7 °C гибнет за минуту. В его рацион входят и бумага, и стеариновые свечи, и мыло, и полиэтилен, и даже собственные собратья. Те, кого не съели и кого миновал ваш тапок, живут по 16 месяцев.

Чем вредит? Переносит на себе более 100 видов микробов и 14 видов яиц паразитических червей. Переносит и загрязняет отходами своей жизнедеятельности все вокруг — продукты, книги, кожу, фото пленки.

Как спасаться? Придется бороться с тараканами всем домом либо загерметизировать свою квартиру, как космический корабль. Иначе рыжие проберутся к вам по вентиляции, через щели у входной двери или даже по внешней стенке через балкон.

ЧЕРНЫЙ ТАРАКАН

В отличие от своего наглого рыжего собрата, более скрытен, менее подвижен и плодовит. От яркого

света впадает в ступор, а потому на кухнях деликатно не появляется, предпочитая темные подвалы и канализацию. Именно он дал название всему своему племени: тараро-монголы звали поселившегося в складах войлочных кибиток сожителя «черным владыкой», или «караханом», откуда и пошло искаженное название «таракан».

Чем вредит? Тем же, чем и рыжий, только в меньших масштабах. Как спасаться? Так же, как и от его рыжего собрата.

МУРАВЬИ

Кельты-друиды считали, что муравьи — это феи на последней стадии земного существования. Другие легенды называют муравьев душами некрещеных умерших младенцев, которым заказан вход и в рай и в ад. Но то лесные: домохозяйкам же доставляют множество хлопот домашние, или фараоновы, муравьи.

Чем вредят? Приникают в любую емкость, очень любят полакомиться сладким.

Как спасаться? Муравьи не такие живучие, как тараканы, и не привыкают к ядам. Кроме того, они подвержены нервным стрессам, поэтому попробуйте вывести их с помощью запаха чеснока им лука, который они не переваривают. Можно также положить на пути их следования вываренную говяжью кость: муравьи заберутся в ее поры, тут-то ее и надо бросить в кипяток.

МУХИ

В отличие от нас древние египтяне муху почитали! Иероглиф с ее изображением означал наглость, дерзость и отвагу.

Чем вредит? Переносит на себе (и в себе) яйца глистов и возбудителей тяжелейших заболеваний — тифа, дизентерии, сальмонеллеза, полиомиелита, холеры.

Как спасаться? Травить их химией — себе дороже: мухи быстро привыкают к ядам. Клейкая липучка гораздо эффективнее. Не любит муха запаха цветущей пижмы и душистой герани, чистоты и низкой температуры (при — 12 °C они умирают, при + 1 °C перестают размножаться, а при + 8 °C гибнут их яйца). Но эффективнее всего ликвидировать излюбленные места размножения мух — помойки, выгребные ямы и компостные кучи.

Подготовил А. Петренко.

Аллергия

Новая необычная профессия — сексопатолог-аллерголог — появилась в США. Этот специалист будет помогать людям, у которых возникает аллергия... друг на друга.

Оказывается, спокойно жить и заниматься сексом людям мешают следующие специфические виды аллергии: на сперму мужчины, на слюну и, соответственно, на поцелуи, аллергия на презервативы, на смазку, используемую в их производстве, аллергия на оральные контрацептивы. Уникальный случай аллергии наблюдали врачи в штате Колорадо. Муж — шофер-дальнобойщик, часто подолгу отсутствовал дома. И всегда, когда жена изменяла ему с любовником, муж после этого устраивал ей скандалы и обвинял в блуде, хотя никак не мог этого узнать. Оказалось, что при сексе с другим мужчиной у женщины сильно из-

менялась микрофлора влагалища, то есть там поселялись бактерии, которые туда попадали от любовника. А у мужа именно на них была сильнейшая аллергия, и он всякий раз обвинял свою жену в том, что она его заразила чем-то и, следовательно, изменила.

Каковы же признаки аллергии? Как установили эксперты Германского центра аллергии и астмы, у женщин она проявляется так: после интимной близости опухает влагалище, появляются выделения, которые проходят через два-три дня. Аллергию вызывают определенные белковые молекулы в семенной плазме, образующиеся в простате. Если аллергия на пот (такое, хоть и редко, но бывает), то во время секса может пощипывать глаза. Реже возникают местное раздражение кожи, рвота или понос. В особо тяжелых случаях у женщин может наступить обострение бронхиальной астмы и даже аллергический шок. У мужчин после контакта с женской влагалищной смазкой также могут опухнуть член, яичник и появиться выделения из мочеиспускательного канала. Аллергия на женский пот практически не встречается.

Как установили эксперты Германского центра аллергии и астмы, у женщин она проявляется так: после интимной близости опухает влагалище, появляются выделения, которые проходят через два-три дня.

Чаще всего аллергию вызывает все-таки смазка презерватива и жировая основа влагалищных свечей, особенно этим страдают отечественные продукты: трацептин, контрацептин.

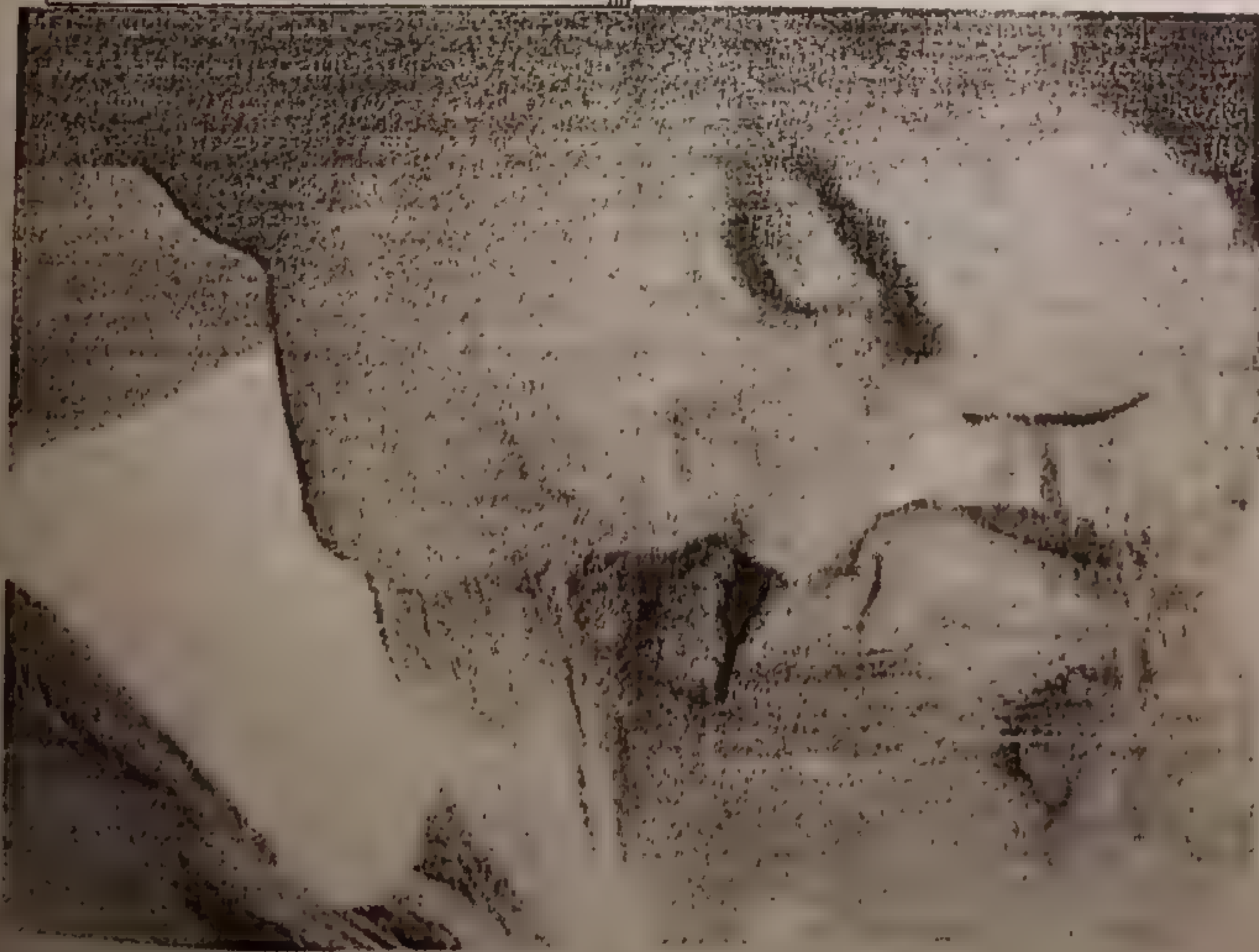
Если аллергия на пот (такое, хоть и редко, но бывает), то во время секса может пощипывать глаза. Реже возникают местное раздражение кожи, рвота или понос.

на секс

Но если она появляется после сношения без презерватива, врачи советуют провести несколько прерванных половых актов, чтобы понять, на что конкретно возникает аллергия (на сперму, смазку или пот), и начать немедленное лечение, так как она иногда может привести к бесплодию (как мужскому, так и женскому). Если ничего определить так и не удалось, необходимо мыть промежность у мужчины перед сношением и у женщины после него. Полезно также бритье волос в промежности. Если аллергия упорно не хочет отступать, врачи рекомендуют использовать полиэтиленовую салфетку с отверстием, куда мужчина продевает пенис, чтобы избежать соприкосновения между лобками партнеров. Также полезно принимать болеутоляющие и противоаллергические препараты, которые, в зависимости от вашей проблемы, пропишет врач. Часто против такой аллергии помогает обычный димедрол, тавегил или фенкарол.

Особо сложными являются случаи, когда женщина хочет забеременеть, но у нее аллергия на сперму партнера. Тогда паре предстоят длительные и изнурительные исследования в лаборатории. Вам назначат анализы на совместимость с отдельными частями спермы, а также простатическим соком. После того как выяснится, что вызывает аллергию, из спермы удаляют ту ее часть, которая вызывает проблемы, а остальное вводят в матку. Увы, иногда у дам бывает аллергия на сами сперматозоиды, и тогда уже такой паре ничем не помочь — для зачатия ребенка придется использовать донорскую сперму.

А. Корнев



ВИРУС БРОДИТ в Поднебесной

Бес его знает, откуда китайцы выцарапали такую напасть всемирного масштаба. И только два беса ведают, зачем это им (китайцам) было нужно. Впрочем, имея представление о некоторых китайских проблемах, можно предположить...

А что? Чих, и канул! Никаких тебе проблем с перенаселением.

Пути неисповедимые

И все же это ж только умудриться надо было, чтобы в стране, где число населения с космической скоростью стремится приблизиться к двум миллиардам, применить подобное противозачаточное средство! Хотя кто их, китайцев, разберет? Их мудрецы много чего понапридумывали. Давно, правда. Порох, бумагу, например. Тоже неслабые противозачаточные средства...

Антикитайская стена

По неподтвержденным слухам, вирус атипичной пневмонии уже давно по Поднебесной бродит. Знаменитая Китайская стена, говорят, в древние века построена была не для того, чтобы Китай от варваров защищать. Рассказывают, будто это сами варвары стену каменную построили, дабы себя от атипичного китайского вируса отгородить. И называлась она в древности — Великая Антикитайская Стена...

Одно коварство

Так это или не так, а нам с вами в начале XXI века на голову лишняя проблема свалилась. Причем толком никто не знает — что за зверь такой этот вирус SARS и как с ним бороться. Мнения ученых, как говорится, расходятся. Вроде бы это так называемый коронавирус, а вроде и нет. До сих пор считалось, что вирусы любой природы вообще не способны самостоятельно вызывать

пневмонию (воспаление легких), а тут вдруг — вызывают! Однозначно известно лишь одно — зараза эта даже похлеще СПИДа. Во всяком случае, сейчас, пока с ней не научились бороться. И по сравнению с вирусом иммунодефицита человека вирус атипичной пневмонии куда коварнее.

Все мы хорошо знаем, что защита от СПИДа сводится, в принципе, к «трем НЕ». НЕ заниматься сексом без презерватива. НЕ использовать чужие шприцы. НЕ контактировать с кровью больного.

А что же SARS?

Всемирная организация здравоохранения опубликовала результаты исследований устойчивости вируса атипичной пневмонии в различных условиях. С чиханием он распространяется, это понятно. Однако, согласно данным ученых, вирус может передаваться и контактным путем, через предметы. И до четырех дней «жить» в канализации. Вирус способен в течение четырех часов сохраняться на зараженной поверхности (например, на

дверных ручках или кнопках лифта) и до четырех дней — в человеческих экскрементах.

Живучий гаг

Кроме того, по последним данным, вирус выживает при минусовой температуре и не поддается обычным стерилизующим средствам. В культуре клеток он способен существовать как минимум несколько недель при температуре 4°C и ниже. При комнатной температуре уменьшение концентрации возбудителя в клеточной культуре наблюдается лишь через два дня — другие коронавирусы человека в таких условиях погибают быстрее. Значительное уменьшение концентрации возбудителя наблюдается при повышении температуры до 56°C. Вирус также становится безопасным при воздействии на него большинства применяемых антисептиков.

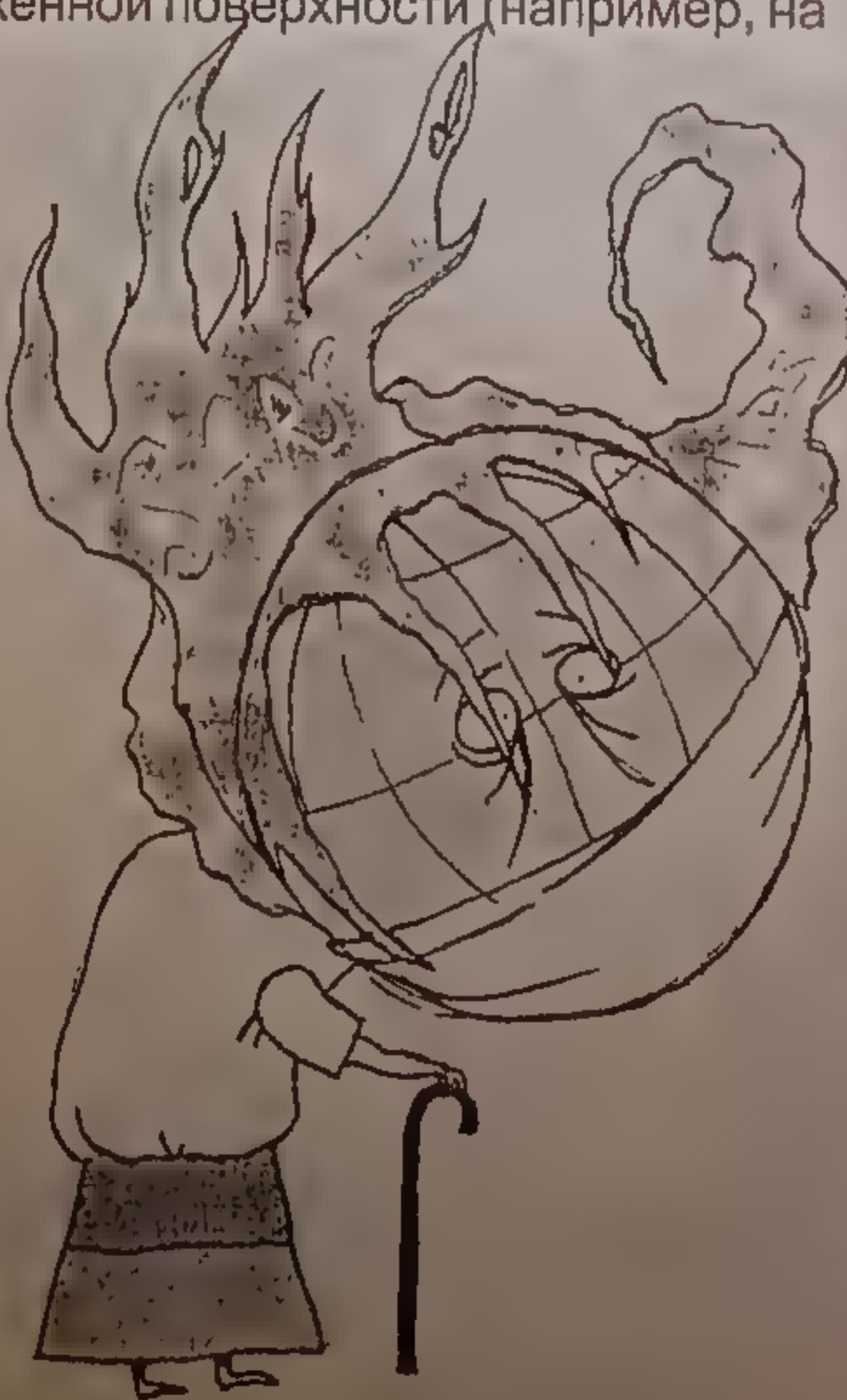
Но это еще не все. Атипичная пневмония распространяется и «пищевым» путем. Сел на пенек, съел пирожок — и порядок.

Последняя ошибка ВОЗ

Как заявил ведущий научный сотрудник ВОЗ по изучению вируса SARS доктор Клаус Штор, причина распространения возбудителя атипичной пневмонии может заключаться в том, что единственно возможным путем распространения изначально был признан воздушно-капельный. При этом мерам по ограничению «пищевого» пути распространения вируса не было уделено достаточного внимания.

Типично при атипичной

Короче говоря, с атипичным вирусом медики всего мира слегка типично лопухнулись. Впрочем, особо и винить их не в чем. Уж очень нестандартной оказалась зараза.



Хотя, как известно, иногда лучше перебдеть, чем недобдеть. Тут мы имеем как раз тот самый случай, когда нужно было поскорее объявлять всемирную тревогу, карантин и прочее, прочее, прочее...

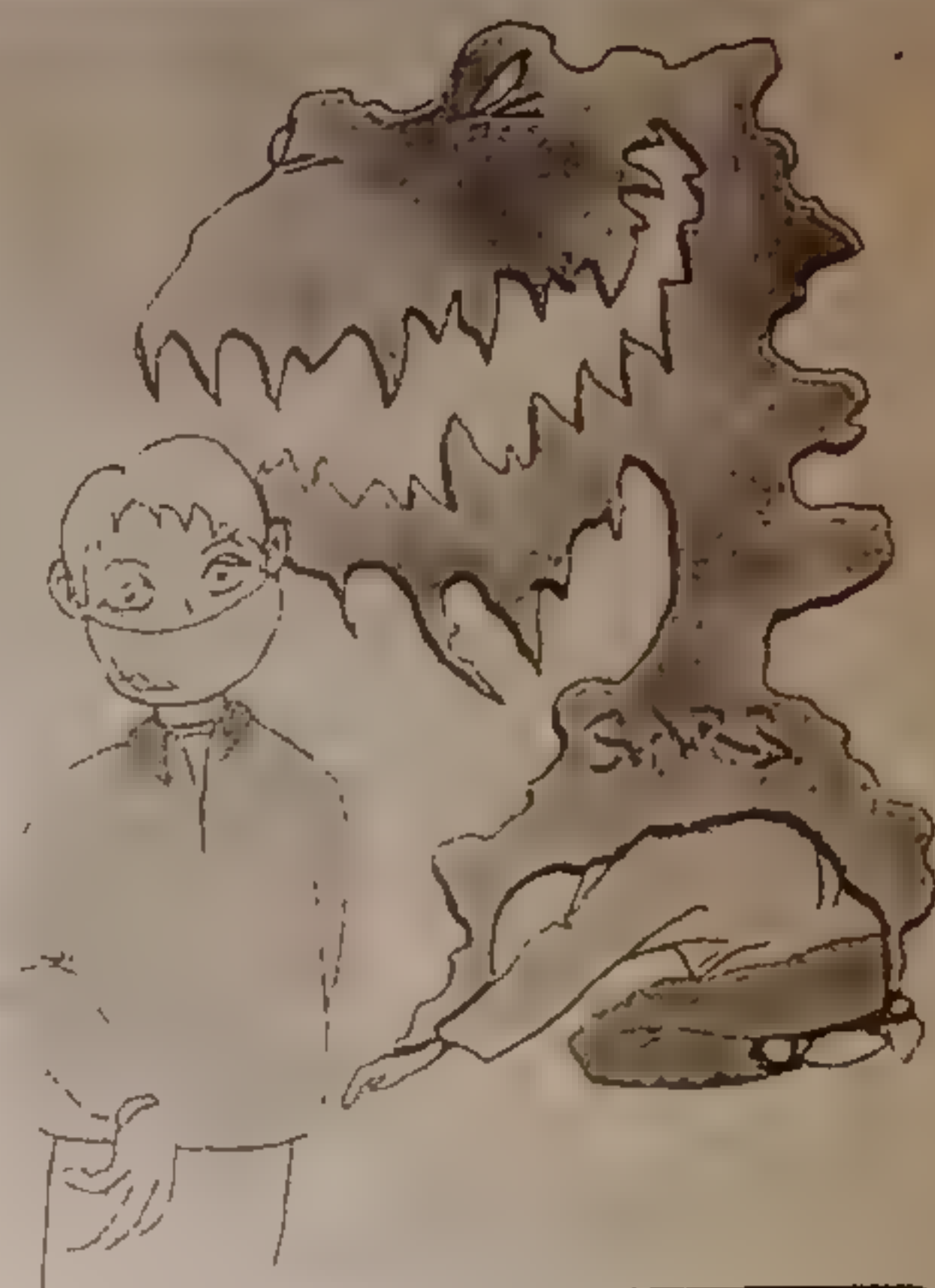
Патологоанатомическая география

И что же? По мнению известного немецкого вирусолога Вольфганга Прайзера, надежда на то, что распространение вируса атипичной пневмонии можно ограничить введением карантина, практически потеряна. По его словам, вирус SARS уже занесен в другие страны и его распространение дальше неизбежно. Если верить последним данным, которые на самом деле уже

То есть, в отличие от ВИЧ, атипичной пневмонией может заразиться любой порядочный гражданин любой державы. Медики бывшего СССР часто с сожалением вспоминают «железный занавес». Не без основания они предполагают, например, что от СПИДа он нас, возможно, и отгородил бы. Ну, может быть, не совсем бы отгородил, однако размах инфицирования был бы значительно меньше, нежели имеющийся сейчас.

Когда бы...

Впрочем, от новой китайской болезни он мог и не спасти. Даже наоборот. Тут о «железном занавесе»



Для того чтобы уберечься от заболевания, рекомендуется:

1. Воздержаться от посещения стран, неблагополучных по SARS-атипичной пневмонии, и от контакта с людьми, прибывшими оттуда.
2. Больше времени проводить на открытом воздухе.
3. Чаше мыть руки с мылом.
4. Уделять внимание закаливанию организма.
5. Витаминизировать пищу, есть больше зелени. Можно применять препараты, стимулирующие иммунные силы организма. Для этой цели используются:
Витамины: Гендевит, Ревит, Декамеvit, Ундевит, Комплевит, Нейромультивит и другие.
Экстракт элеутерококка, настойки аралии, лимонника, корня женьшеня, эхинацея, содекор и т.п..
Гомеопатические препараты: Агри детский, Агри взрослый, Афлубин.
Противовирусные препараты: Циклоферон, Иммунал, Гриппферон.
Мази: Пиносол, Оксалиновая мазь.
Иметь марлевые (бумажные) маски, респираторы, которые можно приобрести в аптеках.
При наличии контактов с вернувшимися из поездок в неблагополучные по атипичной пневмонии страны и появлении первых признаков болезни: недомогание, озноб, головная боль, боли в мышцах, повышение температуры до 38-39° С, сухой кашель необходимо обратиться за медицинской помощью.
До прихода врача при обслуживании больного следует пользоваться маской и перчатками.
После госпитализации больного его постельное и нательное белье выстирать отдельно с кипячением. В помещении провести влажную уборку с использованием моюще-дезинфицирующих средств и хорошо проветрить.

давно и далеко не последние, от атипичной пневмонии в мире скончались 449 человек, свыше 6 тыс. 300 человек инфицированы. Наибольшее число жертв этого заболевания зафиксировано на материковом Китае (197) и в Гонконге (184). Смертельные случаи отмечены также в Сингапуре (26), Канаде (23), Вьетнаме (5), Тайване (8), Малайзии (2), Таиланде (2) и на Филиппинах (2).

На сегодняшний день наибольшее число инфицированных зарегистрировано на материковом Китае и в Гонконге - 4 тыс. 125 и 1 тыс. 629 соответственно. В списке неблагополучных в этом отношении стран за ними следуют Сингапур (203), Канада (149), Тайвань (116), Вьетнам (63). Официально зарегистрированы случаи в Испании и, увы! уже и в России, не говоря уже о Штатах и Канаде.

впору с сожалением вспоминать уже медикам всего остального мира. Как ни осложнялись в прошлом взаимоотношения между Пекином и Москвой, до глухой изоляции все же не доходило. Людей с Востока у нас тогда было видимо-невидимо. «Русский с китайцем — дружба навек!» Но весь остальной мир мог не бояться появления «желтой угрозы» во всех ее видах с нашей стороны — «занавес» надежно перекрывал лишнее движение. Теперь никто и ничто ничего и никого не сдерживает. Начнись эпидемия лет сорок назад, и, возможно, в один «прекрасный день» Европа вдруг обнаружила бы — на огромной территории от Балтийского до Китайского морей никто не живет. Вымерли все. Пока выясняли бы детали, снаряжали бы разведывательные экспедиции — от вируса и следа не осталось бы.

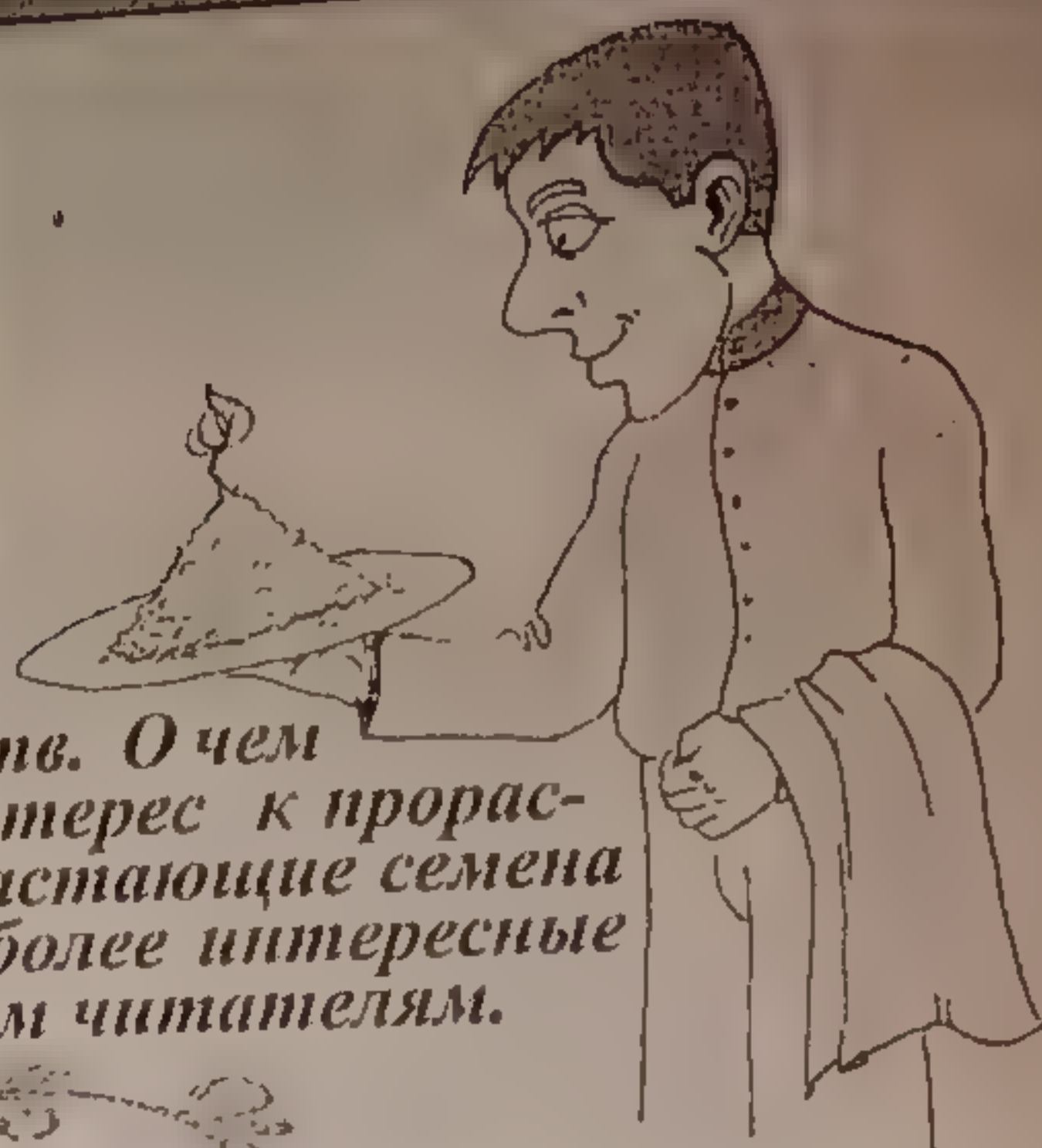
Но все это философия. А вот что же все-таки делать? К сожалению, единый алгоритм лечения и профилактики SARS-атипичной пневмонии пока не разработан. Существуют лишь очень общие рекомендации. К счастью, они не секретные.

Заметьте при этом, что специфического лекарства, действующего непосредственно на вирус, пока еще не изобрели.

При проведении влажной уборки не забудьте — достоверно известно — вирус атипичной пневмонии боится хлора и хлорсодержащих препаратов. Лучше всего для этого использовать хорошо знакомый медикам хлорамин. Если его нет, вполне подойдет, например, любой хлорсодержащий отбеливатель!

Профессор Алек Митчелл

Живая ЕДА



В последние время, по известным причинам все больше людей стараются сохранить и укрепить свое здоровье без лекарств. О чем красноречиво свидетельствует наша редакционная почта. Интерес к прорастающим семенам появился сравнительно недавно. Хотя прорастающие семена отнюдь не являются каким-то новомодным веянием. На наиболее интересные вопросы из отдельных писем мы постараемся ответить нашим читателям.

О целебных свойствах прорастающих семян известно очень давно. Еще за 3000 лет до нашей эры китайцы употребляли в пищу проростки бобов. Капитан Кук спасал проростками свою команду от цинги.

Использовали проростки и на Руси. Наши предки кормили пророщенной пшеницей больных и ослабленных детей, после чего дети быстро набирали вес и выздоравливали.

Начиная со второй половины XX века пророщенные семена стали широко использоваться в Западной Европе.

Чем полезны проростки?

Проростки поставляют в наш организм множество полезных веществ, прежде всего витаминов и микроэлементов. При этом очень важно отметить, что все они содержатся в прорастающих семенах в сбалансированных количествах и сочетаниях.

В процессе прорастания образуются особые ферменты, расщепляющие содержащиеся в семенах сложные вещества на более простые. В результате при употреблении проростков в пищу, нагрузка на пищеварительную систему человеческого организма уменьшается почти на 90%, поскольку вместе с проростками человек получает, с одной стороны — уже расщепленные, простые вещества, с другой стороны дополнительную ферментную систему.

К какому виду оздоровительных средств относятся проростки? Что это — лекарство, биологически активная добавка, биостимулятор или...

Проростки — это не лекарственная пуля, направленная против какого-то конкретного симптома. Это еда, но еда особенная, целебная. Отличие проростков от всей остальной пищи в том, что это живая еда. Это единственный случай, когда мы используем в качестве пищи

целостный организм, находящийся в фазе максимальной активности. Такая еда несет в себе огромный энергетический потенциал, который дает человеку заряд бодрости.

Чем же обусловлены эти необыкновенные свойства?

Процессами, происходящими при прорастании семян. Если рассматривать всем известные пшеничные зерна, то почти весь объем зерна занимает так называемый эндосперм — запасное вещество, необходимое для формирования будущего растения. На одном его конце располагается зародыш, объем которого составляет примерно десятую часть всего зерна. Снаружи зерно защищено плотной оболочкой. Зародыш семян витамин группы В. При помоле зерна «вращении его в муку оболочка и зародыш отделяются от эндосперма (как бы отрутся, отсюда — отруби. Чем тщательнее мука очищена от отрубей, тем она белее, но витаминов в ней уже немного.

Сухое зерно — организм, находящийся в состоянии покоя. Обмен веществ и дыхание замедлены в нем настолько, что видимых проявлений жизни нет. Но зерно тем не менее живет в таком виде оно может храниться до 50 лет, не теряя способности к прорастанию. Прорастание семени — удивительный процесс. По своей огромной энергетической напряженности, по скорости и разнообразию протекающих в это время биохимических, реакций процесс прорастания не имеет аналогов в живой природе. По сравнению с долгой, жизнью будущего растения, особенно многолетнего, прорастание семени — всего лишь мгновение, миг. Но именно этот миг можно назвать вспышкой жизни.

Пусковым фактором для прорастания сухого зерна является вода. При соприкосновении с водой (а зерно прекрасно приспособлено к так называемому эффекту затопления и не боится даже весеннего половодья), оно начинает активно впитывать влагу. Вначале зерно на-

бухает за счет физических сил (кстати, так будет набухать и мертвое зерно). Но, чтобы тронуться в рост, зародышу такого количества воды недостаточно, и он продолжает поглощать воду за счет имеющихся в нем осмотически активных веществ, в частности, ионов калия. А вот это уже свойственно только живому зерну. С этого момента и дается старт процессу прорастания, после чего в семени начинают происходить необычайные преобразования.

Для полного набухания пшеничному зерну требуется 8-10 часов. Но уже через 2 часа после соприкосновения с водой в зародыше в сотни раз усиливается дыхание. Клетки зародыша удлиняются. Они еще не делятся, но уже растут — это рост растяжением. При этом зачаточный корешок выталкивается наружу. Это и есть та белая точка, которую мы видим при прорастании. Зерно наклюнулось. При оптимальных условиях это происходит через 13-14 часов.

Как видите, процесс прорастания идет очень быстро. Зерно словно спешит. Разлагаются сложные запасные вещества, усваиваются необходимые макро- и микроэлементы, синтезируются белки и витамины. Огромное напряжение, шквал реакций — быстрее, быстрее!

Скорость здесь очень важна. Она необходима. Ведь брошенное в землю зерно должно выжить, а почва для прорастающего семени — среда во многом враждебная и очень агрессивная. В ней обитает огромное количество самых разнообразных микроорганизмов — бактерий, грибов, простейших, для которых набухшее зерно является замечательным лакомством, прекрасным питательным продуктом.

Прорастающим семенам помогает выжить иммунитет, их высочайшая устойчивость к неблагоприятным факторам. Против свободных радикалов действуют антиоксиданты, или антиоксиданты. Важнейшие из них — витамины А, С, Е и селен. Природа наделила живые организмы способностью к образованию антиоксидантов, но у расте-

ний и животных эта способность проявляется по-разному.

В стрессовой ситуации оказываются вначале жизни растения. В зеленом спокойно растущем растении витаминов мало. Совсем другое дело прорастающие семена. Попав в экстремальные условия, они вынуждены противодействовать тем неблагоприятным факторам, о которых мы уже говорили. В результате их способность к выработке витаминов - антиоксидантов резко возрастает. Например, в проростках пшеницы в течение нескольких суток многократно увеличивается количество витамина Е, а в проростках бобовых растений количество их основного антиоксиданта - витамина С - в 600 (!) раз больше, чем в исходных сухих семенах.

Резкое увеличение количества витаминов свойственно только прорастающим семенам. Ведь они должны быстро преодолеть все препятствия на пути к солнечному свету. Позже, когда начинает работать корневая система и появляются всходы, содержание витаминов значительно снижается. Считается, что в зеленых растениях витаминов в среднем в 340 раз меньше, чем в проростках. Таким образом, используя в пищу пророщенные семена, мы получаем максимальное количество столь необходимых нашему организму природных витаминов - антиоксидантов, защищающих нас от болезней и продлевающих нашу жизнь.

- Можно ли проращивать семена в домашних условиях?

- Да, конечно, но относиться к этому нужно очень серьезно. Чаще всего в домашних условиях проращивают пшеницу. Прежде всего следует приобрести хорошие семена. Зерно должно быть экологически чистым - не содержать вредных примесей, тяжелых металлов и радионуклидов, не иметь следов повреждений насекомыми-вредителями. Ни в коем случае нельзя пользоваться зерном, предназначенным для посева: это отборное зерно может быть протравленным, то есть ядовитым. Зерно нужно вначале прорастить, а затем вручную перебрать. Из него должны быть удалены все механические примеси, мелкие, щуплые, раздавленные зерна и их части, семена других культур.

Для получения проростков в домашних условиях можно применять так называемый баночный метод. Подготовленные семена промывают в

розовом растворе марганцовки, затем несколько раз в проточной воде и помещают в стеклянную банку, заполняя ее семенами примерно на треть. Семена заливают родниковой водой или водой, пропущенной через фильтр. Уровень воды не должен превышать двух третей объема банки. Банку накрывают марлей, укрепляют марлю резинкой и оставляют банку при комнатной температуре на 8-10 часов.

Затем воду, не снимая марли, сливают и несколько раз промывают семена родниковой водой. После последнего промывания банку устанавливают в миске наклонно вверх дном. При этом горлышко банки должно опираться на дно миски, а сама банка - лежать на ее краю. В миску наливают немного воды. В результате в банке создаются оптимальные условия влажности и аэрации.

После того как семена наклюнутся, их еще раз промывают, воду сливают, снимают марлю, банку закрывают и помещают в холодильник на самую верхнюю полку, но не в морозилку. Проростки используют в течение 5 дней, ежедневно промывая их холодной кипяченой водой.

Минимальная полезная доза для взрослых 1-2 десертные ложки проростков в день. Постепенно ее желательно увеличить до 2-3 столовых ложек. Для детей минимальная доза 0,5 чайной ложки, максимальная - 3-4 чайные ложки в день. Проростки лучше всего есть отдельно на завтрак или добавляя в холодные блюда (салаты, винегреты, йогурты) и тщательно пережевывая. Использовать проростки перед сном не рекомендуется.

Если у вас проблемы с зубами, можно пропустить проростки через мясорубку, но съесть их нужно после этого сразу же, не заготавливая впрок. Проросшие семена нужно употреблять в пищу живыми.

Если же их нагревать, варить или сушить жизнь из них уходит и значительная часть полезных свойств утрачивается.

При правильном проращивании и регулярном использовании вы очень скоро заметите улучшение самочувствия. Проростки пшеницы нормализуют работу желудочно-кишечного тракта, способствуют очищению организма, облегчают последствия стрессов, улучшают состояние кожи и ногтей, восстанавливают цвет волос. Они рекомендуются при лечении хронических колитов и гастритов, при ожирении.

- А каким оздоравливающим эффектом обладают проростки других культур?

Проростки каждой отдельной культуры получают по специальной технологии. Имея в своем составе определенный набор полезных веществ, витаминов и микроэлементов они оказывают специфическое оздоравливающее действие на организм. Например, проростки гречихи содержат атеросклеротический витамин - рутин, укрепляющий сосудистые стенки. Они рекомендуются при атеросклерозе и ишемической болезни сердца, при геморрое.

Проростки кунжута превосходят все остальные продукты по количеству кальция. Они особенно необходимы женщинам во время беременности и кормления ребенка, а также детям в период интенсивного роста и смены зубов, пожилым людям для укрепления костной ткани.

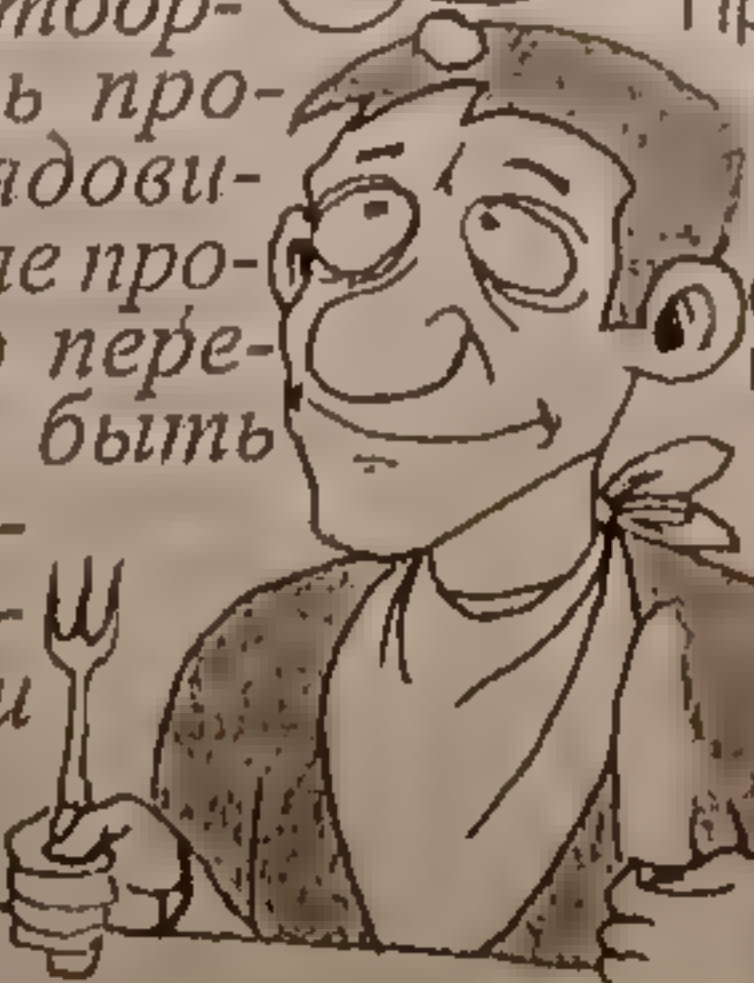
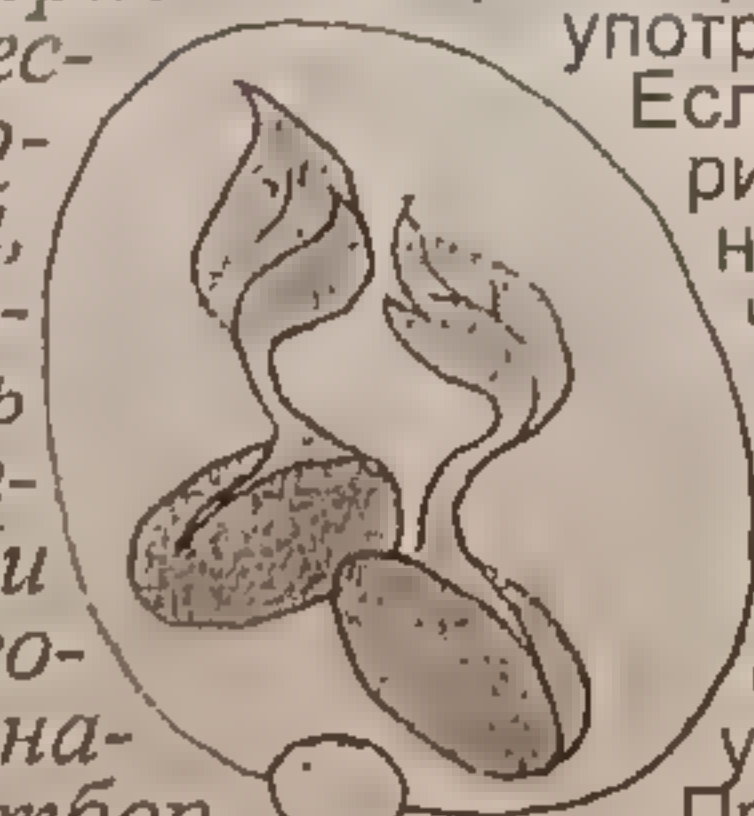
Пророщенные ядрышки тыквы обладают противоглистным эффектом. Они стимулируют функции половых желез, повышают потенцию, используются для профилактики простатита. Содержащийся в них цинк способствует укреплению памяти и снижению утомляемости. Проростки подсолнечника укрепляют нервную систему.

Проростки бобовых - богатейший источник витамина С. При их употреблении снижается риск простудных заболеваний. Они полезны при белковой, витаминной и минеральной недостаточности. Проростки чечевицы повышают уровень гемоглобина. Проростки фасоли полезны при атеросклерозе и нарушениях сердечного ритма, при отеках почечного происхождения. Проростки сои, по результатам многих исследований, снижают риск некоторых онкологических заболеваний, смягчают симптомы климакса, регулируют вес.

Проростки расторопши - самое действенное средство, защищающее нашу печень от инфекций и отравлений. Кроме того, они показаны при воспалении селезенки и желчного пузыря, желчнокаменной болезни и геморрое.

Словом, пророщенные семена - это, настоящая кладовая здоровья. Однако, несмотря на неоспоримое оздоровительное влияние проростков на организм, складывается парадоксальная ситуация. Раз в год при сборе урожая мы получаем семена, находящиеся в периоде покоя. Обмен веществ в них снижен, витаминов мало, запасные вещества содержатся в виде сложных молекул. Тем не менее, именно это зерно мы используем, а замечательный продукт - прорастающие семена - в прямом смысле слова зарываем в землю.

А. Петренко



Не спешите покупать парик



Выпадают волосы — часто виновато солнце. Однако кроме воздействия солнечного излучения есть и другие причины, способствующие этому: беременность, тяжелые хирургические операции, травмы, лихорадочные состояния, резкая потеря в весе, отмена или замена контрацептивных препаратов, нервное перенапряжение. Пытаясь установить причину выпадения волос, мы выясняем, что пациенты за шесть-шестнадцать недель до этого перенесли сильный стресс. Назначаем им специальные препараты и советуем придерживаться диеты, а также рекомендаций по уходу за волосами.

→ Для укрепления волос полезно втирать в корни **настойку женьшеня или сок подорожника**.

→ Средства по уходу за волосами подбирайте соответственно типу волос.

→ Сухие волосы мойте раз в неделю. Хотя бы раз в месяц делайте компресс из оливкового или соевого масла, маску из желтка. Жирные волосы мойте один раз в два-три дня.

→ Ополаскивать сухие волосы рекомендуется отварами мать-и-мачехи, корня лопуха, а жирные — крапивой и молочной сывороткой.

→ Необходимо есть продукты, богатые витаминами и микроэлементами, которые способствуют росту и укреплению волос. Витамин А содержится в мясе, масле, рыбе, Е — в растительном масле, орехах, арахисе, В — в бобовых, гречке, проросших зернах.

→ Не используйте металлические расчески, так как они вырывают волосы и раздражают кожу. Предпочтительнее расчески из натуральных материалов или щетки с натуральной щетиной.

→ В жаркий день старайтесь находиться в тени или же обязательно надевайте шляпу с широкими полями.

→ Если в день выпадает от 30 до 100 волосков, это считается нормой, если больше — надо обратиться к врачу!

НЕ ЧЕШИСЬ-КА ТЫ, ГОЛОВУШКА...

Почему кожа отслаивается чешуйками?

Хотя каждый страдающий перхотью и себореей убежден в том, что причина — в сухости кожи, на самом деле все наоборот. Нормальная кожа отслаивается настолько маленькими частицами, что их невозможно увидеть. Когда поверхность кожи становится слишком жирной, частички слипаются в пластинки, которые и образуют чешуйки перхоти или себореи.

Себорея получила название от латинского названия сальных желез кожи, направляющих свою продукцию в волосяные фолликулы. Из них кожное сало попадает на поверхность кожи, обеспечивая защитную смазку. Зоны, богатые сальными железами, получают очень много смазки, поэтому успешно сопротивляются высушиванию, но зато на них часто возникает себорея. Это обычно зоны скальпа, бороды, ушей, подмышек, паха, промежности и вокруг пупка. По неясным причинам клетки эпидермиса кожи, пораженной себореей, делятся гораздо быстрее. В сочетании с большим количеством кожного сала это приводит к постоянному образованию чешуек. На лишенных волос участках (носогубные складки или верхняя часть щек под глазами) вы можете заметить не чешуйки, а сильное покраснение.

ЛЕЧЕНИЕ

Умеренная перхоть наблюдается почти у всех, но ежедневное мытье головы самым обычным шампунем зачастую счищает чешуйки настолько хорошо, что специального лечения не требуется.

Образование перхоти лучше всего подавляет обыкновенный деготь, но он черен и пахуч, поэтому производителям пришлось потрудиться для получения более приятных форм дегтесодержащих моющих средств, разводя его и смешивая с различными ароматизаторами.

Разведенный деготь, входящий в состав шампуней, тоже действует, но хуже, чем черный и более концентрированный.

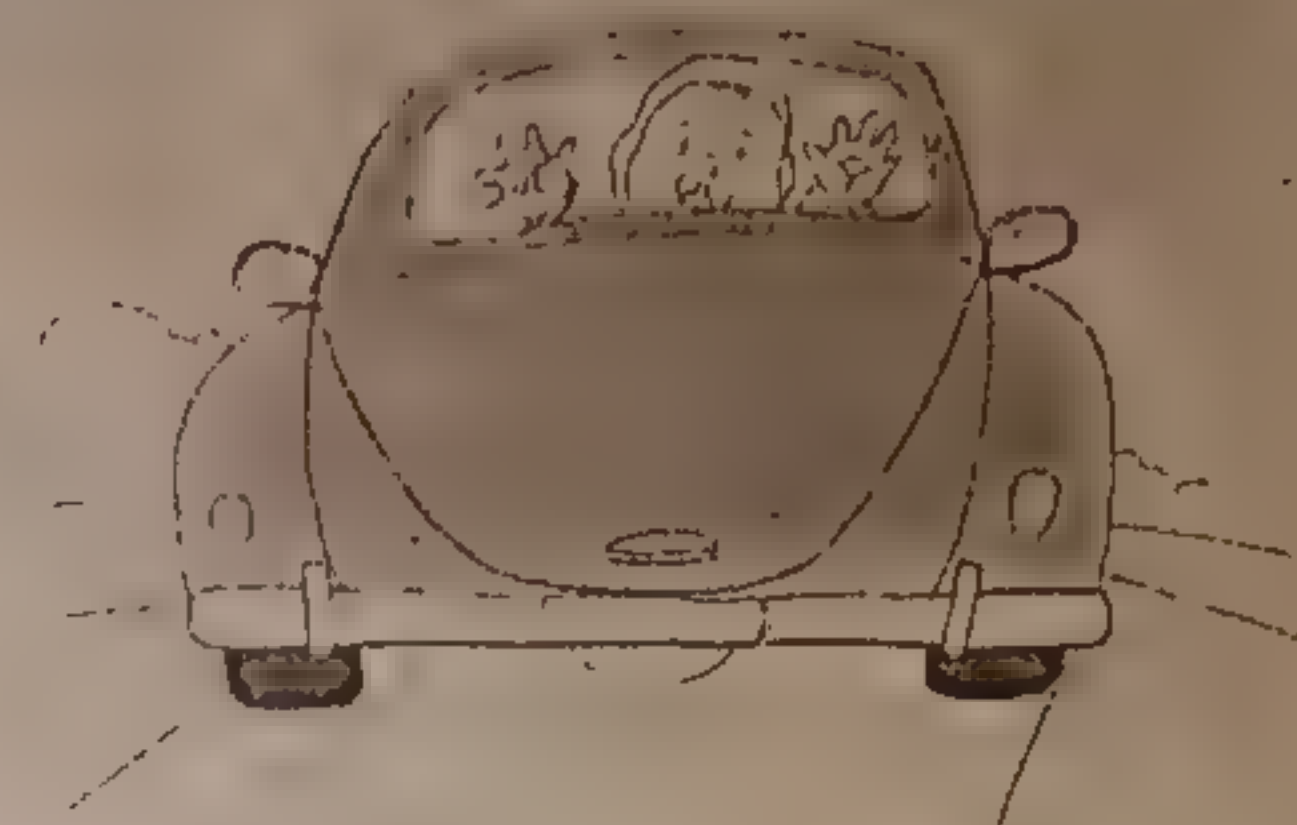
Для постоянно воспаленной, зудящей кожи с перхотью врач может прописать эффективное средство — кортизоновый лосьон или аэрозоль. При себорее на коже лица, в зонах бровей и ушей втирайте однопроцентную кортизоновую мазь дважды в день. Такие мази можно приобрести без рецепта. Покраснение или шелушение пройдут примерно через неделю, после чего можно сократить ее применение до одного раза в день или прекратить лечение, пока вновь не возникнет необходимость.

Гидрокортизоновые препараты очень эффективны при себорее. Поэтому сохраняющиеся шелушение, сыпь и зуд могут быть вызваны другой причиной — в таком случае покажитесь врачу. Никогда не применяйте более концентрированные кортизоновые мази для лица и головы. Кожа на лице настолько тонка, что мази свободно проникают сквозь нее. Избыток кортизона очень сильно подавляет гиперактивные клетки себореи, при этом атрофируется и сильно истончается кожа. Все концентрированные кортизоновые мази должны выписывать врачи, знающие об опасности их применения. Поэтому наше предупреждение относится к мазям, оставшимся у вас после лечения других кожных заболеваний.

Похоже, что лучшим лечением себореи является противогрибковый антибиотик из семейства утгризофульвиное. Таблетки или мази с этим средством не только устраняют перхоть и сыпь, но и снижают вероятность рецидивов. Возможно, в возникновении себореи определенную роль играют грибки, но это не доказано, хотя исследования противогрибковых средств начались еще в 80-е годы.

С. Морев

маленькие путешественники



Не все дети, естественно, доводят родителей до белого каления, но все же следует помнить о том, что просидеть на месте в течение двух-трех часов ребенку довольно тяжело. Поэтому, отправляясь в дальний путь, заранее продумайте

и вам, и ему помогут провести время в пути весело и легко.

Несколько слов о естественных потребностях организма. Маленькие дети не всегда могут потерпеть, чтобы сходить в туалет, так что приготовьтесь выслушивать довольно

С наступлением весны хочется как можно больше времени проводить где-нибудь подальше от пыли и духоты города. Поездки всей семьей - это всегда очень веселое и интересное дело, но они связаны с определенными трудностями. Если до появления ребенка не было никаких проблем, то теперь не все так просто. Подготовка - это еще полбеды, ведь неизвестно, как будут себя вести в машине дети: а вдруг они раскапризничают, и весь отдых будет испорчен?

места для остановок, захватите мяч или бадминтон, чтобы ребенок мог хоть какое-то время побегать и прыгать во время остановок.

Малыши прекрасно спят в машине, поэтому стоит подгадать отъезд ко времени обычного дневного сна - тогда несколько часов вы сможете ехать, не нуждаясь в остановках. С детьми постарше можно заранее обсудить место, куда собирается семья, сколько будет остановок, что ожидается по прибытии. Детям пяти-семи лет неплохо показать на карте, как далеко они на этот раз поедут, нарисовать отрезки пути, обозначить остановки, чтобы избежать постоянных вопросов: «Ну долго еще?», «Мы еще не приехали?», «А сколько осталось ехать?», и ребенок сможет не только отвлечься, но и получить немного полезных сведений.

Самой большой проблемой в пути является скука. Поэтому собрать сумку с интересными и полезными вещами - большое искусство. Любимый конструктор с несметным количеством мелких деталей не возмешь, ведь его можно поломать или растерять в дороге. Если же брать самые любимые игрушки, тогда для других вещей не останется места. А вот листы бумаги, пара фломастеров, тетрадь в клеточку (для игры в морскую бой), несколько кассет с любимой музыкой, книжка со сказками и места много не займут, и отвлекут малыша от тягот пути на довольно долгое время. Занятия с ребенком

частые просьбы об остановках. Если ребенок не очень маленький, то обговорите заранее, что все нужды справляются на плановых остановках. И помните, что дети, которым скучно, просятся в туалет намного чаще увлеченных игрой.

Теперь о еде. Если вы против еды в машине - с крошками, жирными пятнами на чехлах и пролитым соком на ваших брюках, то продумайте этот вопрос перед отъездом. Набивать желудок перед долгой дорогой не стоит, но поесть все же следует. Заранее решите вопрос о трапезах: возьмете ли вы еду с собой, или перекусите в придорожных кафе.

Некоторых детей в машине сильно укачивает, поэтому запаситесь мятными конфетами, жвачкой, минералкой. Подумайте, как можно защитить ребенка от солнца или перегрева в машине. А чтобы узнать, как ваше чадо переносит路途ные невзгоды, сделайте несколько пробных поездок с ним по городу.

И напоследок несколько слов о безопасности. Маленький ребенок должен ехать в специальном автомобильном кресле для детей, и обязательно (!) пристегнутым. Более взрослым детям можно позволять садиться и на переднее сиденье, но всегда настаивайте, чтобы ребенок был пристегнут.

Рецепты

К диатезу на десерт

При детском диатезе нужно взять горсть промытого изюма, залить кипятком (1-1,5 стакана) и настоять, пока жидкость не станет темной. Этой изюмной водичкой нужно поить ребенка и смазывать ему щечки.

Дня через три-четыре краснота исчезнет, а через неделю от диатеза и следа не останется.

Репчатый лук ангине не друг

Ромашка - 1 часть, эвкалипт - 1 часть, ноготки, цветки - 1 часть. Все измельчить и хорошо смешать. 1 столовую ложку смеси на 1,5 стакана кипятка. Кипятить 2 минуты, настоять, укутав, 30 минут, процедить. Полоскать 2 раза в день, утром и вечером, разделить раствор пополам. Начинать полоскать раствором с температурой 26 град., постепенно убавляя по 1 град. в день, до 16 град. Затем месяц полоскать при 15-16 град. Такое полоскание позволяет снять воспаление горла и закалит его.

* * *

Свекла красная. Натереть на мелкой терке свеклу. Отжать стакан сока. В стакан сока влить 1 столовую ложку уксуса (но не уксусной кислоты). Этим раствором полоскать горло 5-6 раз в день. Можно по одному глотку проглотить. Делать полоскания до полного выздоровления.

* * *

Лук репчатый. Свежий сок употребляют при ангине по 1 чайной ложке 3-4 раза в день.

Кресло, в которое не хочется садиться



Итак, вы уже поняли, что если зубы болят, то это неспроста. Но, быть может, вас успокоит, что в мире нет нации, у которой зубы отличались бы совершенным здоровьем. Поэтому посещать стоматолога приходится всем без исключения. В домашних условиях нельзя поставить пломбу и вылечить пульпит, поэтому к стоматологу в любом случае идти придется, но вот предотвратить развитие некоторых болезней, а также облегчить свое самочувствие, можно и в домашних условиях. Например, остановить зубную боль. Обычно в таком случае мы принимаем таблетки обезболивающего, но очень скоро они перестают действовать...

Для снятия зубной боли можно воспользоваться, например, **голубой глиной**. Возьмите маленький кусочек глины, заверните его в кусочек марли или бинта и приложите к десне около больного зуба на 20 минут. Повторяйте в течение дня 4-5 раз. Это средство помогает даже при флюсе.

Другой способ скорой помощи: поместить в дупло больного зуба ватку, смоченную в настояках **валерианы и календулы**, смешанных поровну.

Еще один способ справиться с зубной болью может показаться необычным, но действует обычно безотказно в течение буквально получаса - в ухо с той стороны, где болит зуб, положите маленький **корешок подорожника**.

Если вы склонны к развитию кариеса и пародонтоза, то вам может помочь обыкновенное **сухое молоко**. Порошком сухого молока вместе с зубной пастой надо чистить зубы. При этом исчезают кровоточивость десен и запах изо рта, замедляется образование зубного камня.

Зубы будут меньше расшатываться, если в течение одной-двух недель натирать десны **свежим соком тысячелистника или дольки чеснока**.

Желтый налет хорошо удаляется, если при чистке зубов вы добавите к пасте немного **питьевой соды и 1-2 капли лимонного сока**. Но будьте осторожны, этот метод равноценен использованию специальных отбеливающих паст, поэтому его нельзя применять чаще трех раз в неделю.

У ВАС КАРИЕС

Причин возникновения кариеса множество. Особенно предрасположены к этому заболеванию больные, страдающие сахарным диабетом, язвенной болезнью, гастритом, колитом, имеющие заболевания печени и желчевыводящих путей. Кариес начинается с маленького белого пятнышка на эмали зуба, которое без лечения коварно превращается в маленькую дырочку, а затем и в большую. Для профилактики кариеса важное значение имеет полноценное питание, обеспечивающее поступление в организм необходимых микроэлементов.

Такой комплекс содержится в капусте, плодах черноплодной рябины. Считается, что спиртовой экстракт мускатного ореха и белой коры тутового дерева предотвращает кариес.

Для профилактики кариеса рекомендуется чаще употреблять в пищу **грецкие орехи** (они содержат много фтора), сок и **мякоть тыквы**, летом есть побольше **клубники и земляники**, так как эти ягоды растворяют зубной камень.

Очень полезно каждый день употреблять в пищу **морскую капусту или ламинарию японскую** (по 0,5 чайной ложки 1 раз в день во время еды). Она содержит сбалансированный набор микроэлементов, которые способствуют укреплению твердых тканей зуба и снижают заболеваемость кариесом. Как средство профилактики эффективен комплекс морской капусты, глицерофосфата кальция и витамина B1. Комплекс препаратов

вводят в суточный рацион в течение месяца дважды в год (например, апрель и ноябрь) следующим образом: морскую капусту - в первые блюда по 0,5 г в сутки, глицерофосфат кальция - во вторые блюда из расчета 0,5 г в сутки и витамин B1 - в третьи блюда (компот, кисель) по 2 мг в сутки.

Зубную боль при кариесе может снять **прополис** (кусочек прополиса величиной с ноготь положить на больной зуб).

ЕСЛИ ДЕСНА КРОВОТОЧАТ

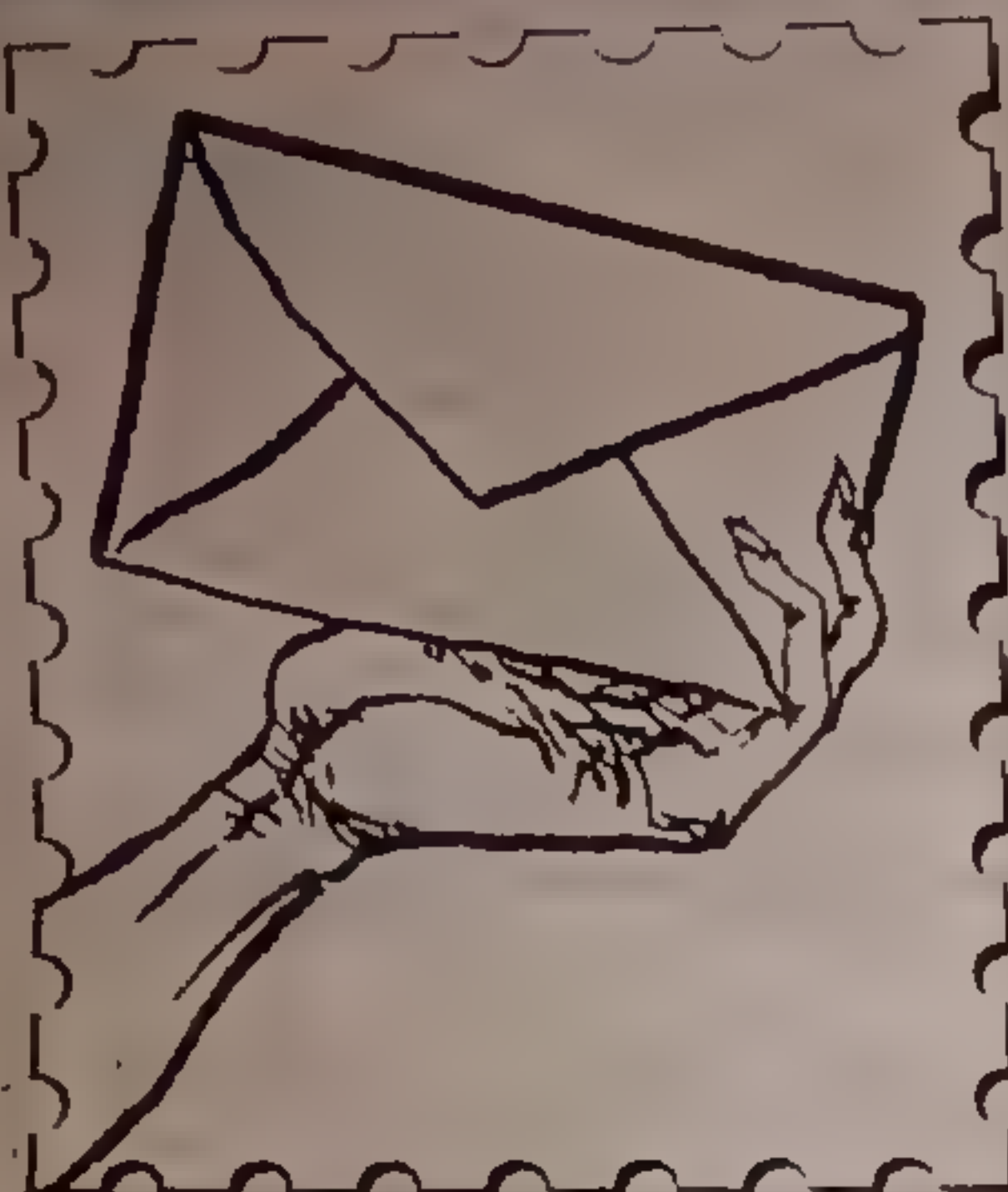
✓ Настой травы **мелиссы лекарственной** (2 ст. л. травы на 1 стакан кипятка, настаивать 1 час, процедить). Полоскать рот несколько раз в день.

✓ Настой травы **шалфея лекарственного** (1 ст. л. травы на 1 стакан кипятка, настаивать 30 минут, процедить). Полоскать несколько раз в день.

✓ **Мумие** (3 г мумие растворить в 97 г воды). Раствор использовать для полоскания при хроническом воспалении десен.

✓ **Отвар листьев брусники** (6 г листьев на стакан горячей воды, кипятить 25 минут, процедить, довести объем до исходного). Полоскать рот каждые 2-3 часа.

✓ Сбор: аир обыкновенный - 10 г, шалфей лекарственный - 8 г, кора дуба - 10 г, листья крапивы двудомной - 1 г. Залить литром воды, кипятить 20 минут, процедить, довести объем до исходного. Полоскать несколько раз в день.



Уважаемая редакция!

Думаю, что вы много получаете от своих читателей писем с благодарностью за оказанную помощь. Решила и я написать вам. Мне 47 лет. Часто болела. Были, так сказать, легкие болезни, но были и тяжелые. Много времени провела в больницах, надеялась на лучшее. Внучка у меня тоже очень больная девочка. Тоже лечим и в больницах, и у целителей. Иногда помогало. Но в основном, с чем были, с тем и остались. Однажды попала мне в руки ваша газета. Я прочитала в ней рецепт прекрасного общеукрепляющего

средства и вот уже несколько лет следую ему. Мои близкие тоже постепенно втянулись в лечение, тем более что никаких побочных явлений оно не дает. Каждую весну я пью отвар из сухих листьев крапивы, и никаких гриппов, простуд, ОРЗ, давление в норме, сердце не болит... Готовить отвар легко. Надо 1 столовую ложку листьев крапивы, залить стаканом кипятка и держать на водяной бане 10 минут. Потом в течение дня пить по несколько глотков. На следующий день готовлю новую дозу. Еще я варю зеленый борщ из крапивы, свежие листья добавляю в салат, а с большими ветками хожу в баню и парюсь крапивным веником. Благодаря крапиве я очень редко болею.

Вы очень нужны нам, болеющим. Спасибо за то, что вы есть. У нас большая надежда на вашу газету.

Благодарная вам Антонина Елисеенко, г. Кривой Рог.

Как-то внезапно у меня начала болеть печень.

Это произошло лет 5 тому назад. Раньше я никогда не чувствовала даже, что у меня она есть.

И вот стала болеть. Сначала я обращалась в больницу, затем к методам народной медицины, но ничего не помогало. Видимо, что-то не так было для моей печени.

Однажды дочь принесла мне газету «Самоисцеление и долголетие» с рецептом по оздоровлению печени. Я пролечилась согласно этому рецепту.

А помогла мне самая обыкновенная черная бузина. Нужно взять одну столовую ложку плодов растения, залить одним стаканом

воды и кипятить одну минуту. Потом 30 минут настаивать и процедить. Я пила этот настой по четверти стакана 3 раза в день за 30 минут до еды и уже в конце второй недели почувствовала явное облегчение. **Позже я узнала, что средство это рекомендуется для больных сахарным диабетом.**

Теперь я снова здорова. Печень моя успокоилась. Я очень рада, довольна. Спасибо редакции. Я стала вашим подписчиком, газета очень интересная. Рецептов много. В жизни пригодятся.

С благодарностью газете Светлана Саблина, г. Изюм.

Вы очень помогли моей семье.

Пишу вам с благодарностью от всех нас. Сын мой, 17-ти лет, очень болел. Дело дошло до астмы. И мы ничего не могли поделать, пока не прочли вашу газету.

Приступы астмы прекратились у сына, когда мы стали давать ему отвар из репы. 1-2 ст. ложки измельченного корнеплода репы залить стаканом кипятка, варить 15 минут, затем процедить. Принимать такой отвар лучше по четверти стакана четыре раза в день, или по стакану на ночь. Еще хорошо помогает чай из солодки. Чайную ложку солодки прокипятить 2 минуты в чашке воды и добавить половину чайной ложки чистого топленого масла. Пить по одному глотку каждые 5-10 минут.

У меня очень высокое давление.

В последние время оно было 180 на 240, 360. Такое давление у меня уже давно. Я много чего пила, я имею в виду травы. Но, к сожалению, ничего не помогало. Перенесла три инсульта. Совсем недавно я прочла в вашей газете рекомендации по снижению давления, его нормализации. И сделала то же самое. Я сразу почувствовала облегчение.

Даже не думала, что обыкновенный посевной чеснок может быть настолько полезен. А главное сам рецепт прост до смешного. Нужно взять 2 большие истолченные головки чеснока и залить 250

граммами водки. Настоять 12 дней. Принимать по 20 капель 5 раз в день за 15 минут до еды. Через три недели давление нормализуется.

Спасибо вашей газете. Наконец и мне не надо принимать такие лекарства как клофелин. Морально и физически я чувствую себя отлично. Еще раз спасибо вам.

Галина Кононенко, г. Дружковка.

Поджелудочная железа.

Болела она у меня довольно-таки сильно и часто.

В больнице меня подлечивали, но до конца не вылечили. Из-за этого я часто пропускал школу. И только сейчас когда мне далеко за 30, я наконец-то с помощью и благодаря вашей газете вылечился. Это очень здорово, когда у тебя ничего не болит.

Помог мне отвар из таких трав: семена укропа душистого, цветки фиалки трехцветной, корни девясила высокого и корневища валерианы лекарственной. Теперь дозы: фиалка - 5г, девясил - 10 г, валериана - 18 г. 1 ст. ложку смеси на 1 стакан воды, кипятить 1 минуту и 30 минут настаивать. Принимать по 1-2 ст. ложки 3 раза в день до еды.

Я очень благодарен вашей газете за серьезную помощь в восстановлении моего здоровья. Желаю таких же успехов всем читателям газеты «СД».

Юрий Карнаушенко, г. Житомир.

Матвей Иванович, сын репрессированных родителей, в Карлаге (карагандинский лагерь) попал на воспитание к доктору из заключенных. Как говорил дед Матвей, собственно, это и спасло его от голодной смерти. Врач не только подкармливал паренька, но и настойчиво обучал его премудростям медицины. Потом врача не стало, был побег, война, работа во фронтовом госпитале. После войны — институт и работа на ниве здравоохранения. Дед Матвей давно на пенсии, но громадный багаж знаний в области медицины не дает ему покоя. Оттого, встречаясь со мной, этот неутомимый старикан — любитель чая с медом, старается как можно больше рассказать мне о рецептах, с помощью которых он лечил самых разных людей в разное время. В целях экономии газетной площади я отныне решил пользоваться диктофоном, а рецепты старого доктора просто давать перечнем.

Валерий Веселов

Заболел живот

Суп с пижмой

Сварите мясной бульон без овощей и приправ, добавьте в него 1 ч.л. свежих листьев пижмы или на кончике чайной ложки сушеной травы, доведите бульон до кипения. Суп употреблять только в теплом виде.

Лечение подагры

При этом заболевании хорошо употреблять в пищу айву — один-два плода в сыром или печеном виде ежедневно. Еще нужно делать такую примочку из трав: 20 г зелени петрушки, 80 г руты, 1 л оливкового масла.

Травы проварить в оливковом масле, процедить. Теплым маслом смачивать марлю, прикладывать к больному месту, сверху накладывать повязку.

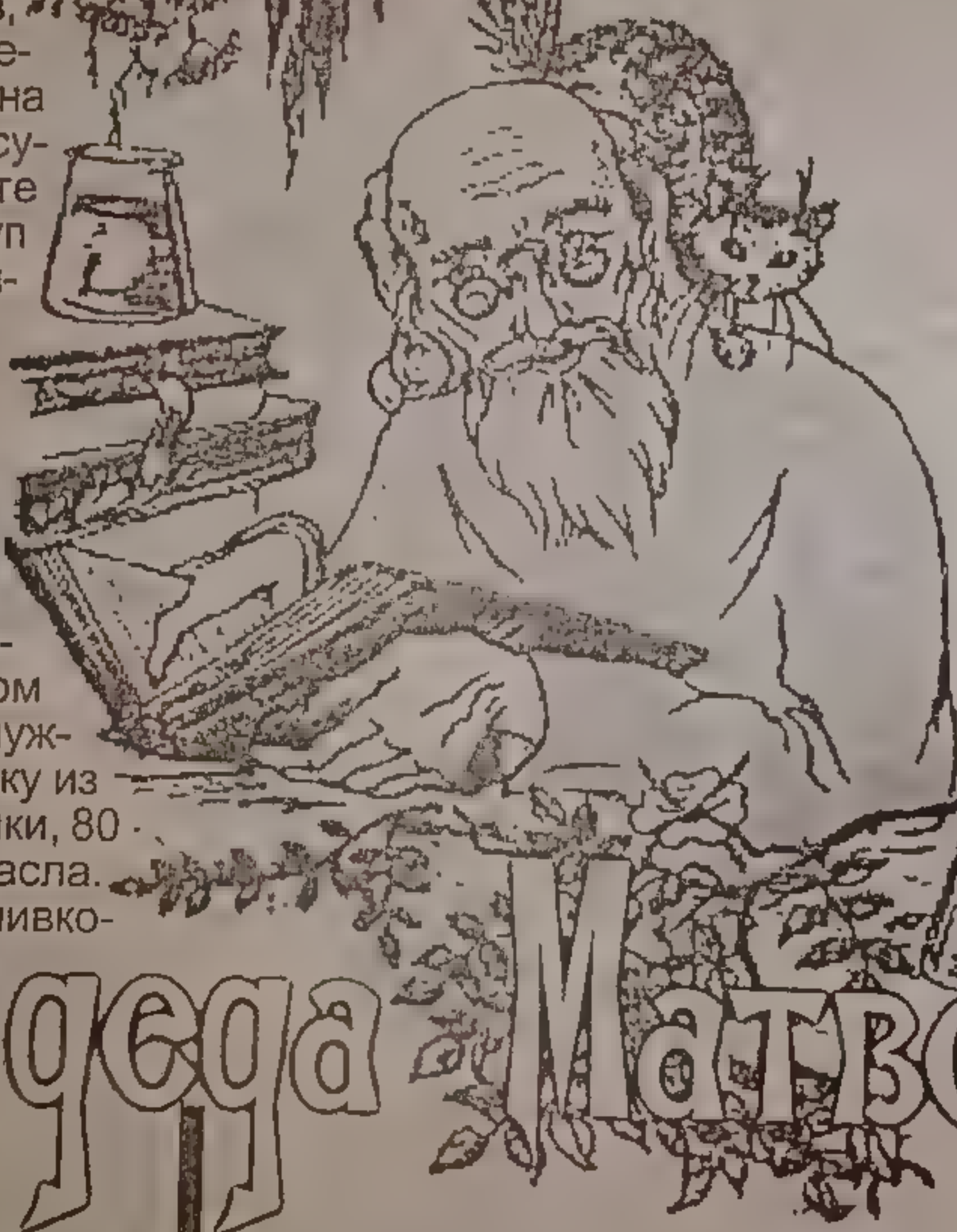
Каштановая вода

20 листьев каштана, 10 кистей плодов каштана в колючей оболочке, 2 л воды.

Листья и плоды варить на медленном огне 10 мин. Делать ножные ванны в отваре в течение 20 мин. Воду вторично не использовать!

Если вы посещаете сауну или парную баню, полезно поливать каштановой водой разогретые камни и дышать этим паром хотя бы 30 минут. После этого надо принять душ и еще раз зайти попариться.

РЕЦЕПТЫ



деда Матвея

Воспаление толстого кишечника

Колит — болезнь любителей поест. Необходимо чистить кишечник, а заодно и желудок ягодами терна.

Ежедневно съедать горсть терновых ягод в любом виде — сырыми, сваренными в компоте, в виде желе или мармелада. Особенно вкусны ягоды собранные после первых заморозков ягод, так как уменьшается их терпкость. Удобно хранить терн в морозильной камере, размораживая перед каждым употреблением.

Компот из терна

500 г ягод терна, 1,5 л воды.

Ягоды залить холодной водой, варить 40 минут, в конце варки добавить мед по вкусу. Пить 6 раз в день по 50 мл в промежутках между едой. Ягоды съедать, а одну-две проглатывать с косточками. Не бойтесь, они нигде не застрянут, но помогут очистить кишечник.

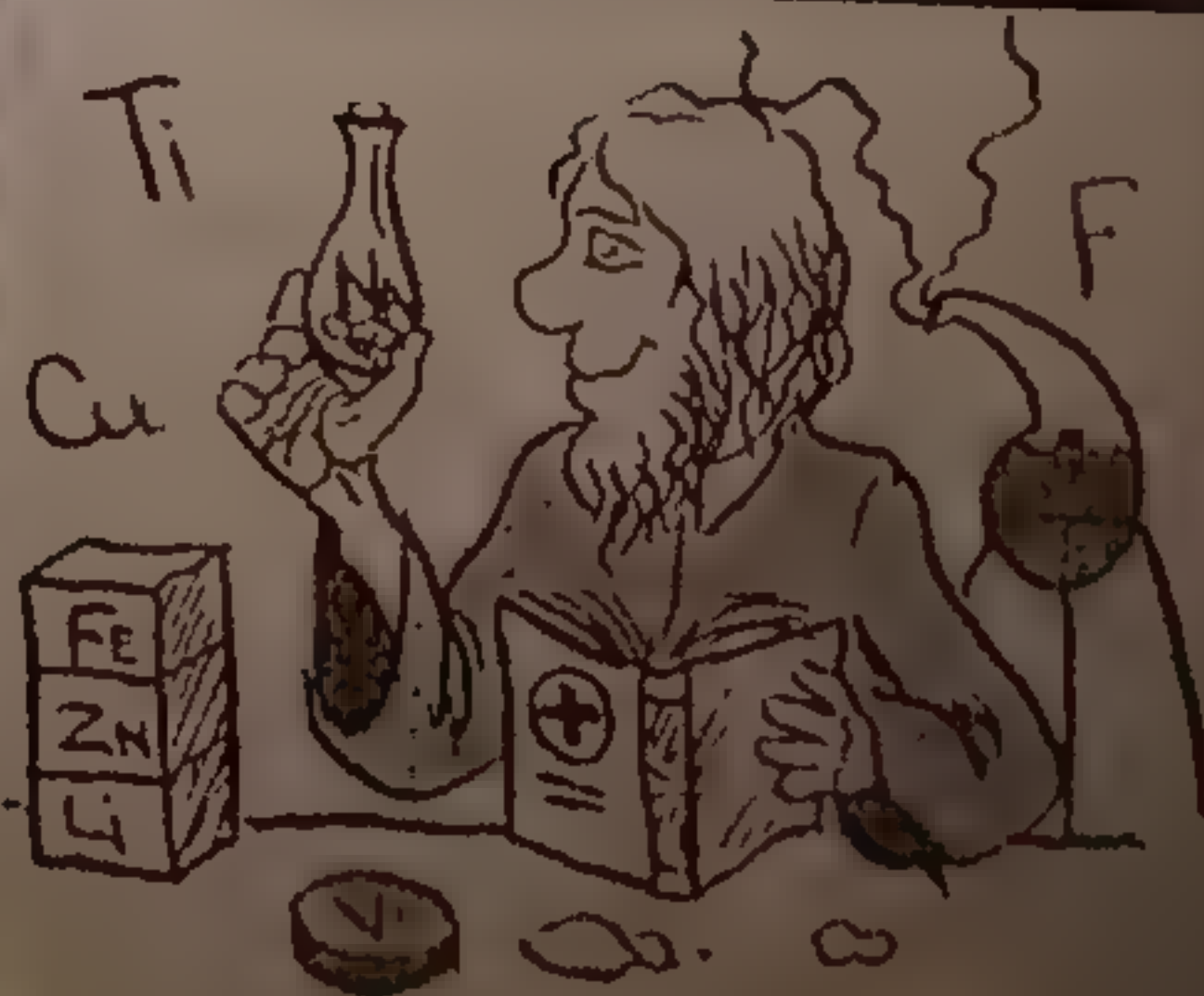
При колитах весьма полезно есть кашу из ячменя и варить из него же кисель.

Боли в желудке

Суп с фасолью

100 г фасоли, 1 л воды, 2 ст.л. растительного масла, 20 г молотого тмина.

Фасоль замочить в холодной воде на несколько часов, затем в той же воде варить ее до мягкости, по мере надобности доливая воду. Готовый суп посолить. Добавить масло и тмин. При желании фасоль можно протереть сквозь сито. Получится суп пюре.



Лечение отита

10 г чеснока, 15 г камфарного масла.

Чеснок истолочь, добавить масло. Смесь поместить в марлю, сделать турунду и вложить в ухо на всю ночь.

Порошок «сивесан»

Препарат используется при переутомлении, истощении, упадке сил, отсутствии аппетита, при запорах, нарушении пищеварения, повышенном давлении, нарушении кровообращения, чувствительности к перемене погоды. Порошок «сивесан» поможет также при нарушении гормональной системы, обмена веществ, а также послужит надежным профилактическим средством. Это, по сути, универсальное лечебное средство должно быть под рукой у всех, кто не хочет болеть.

30 г плодов фенхеля, 20 г корня имбиря, 10 г травы козлятника.

Все составные части хорошо перемешать, размолоть на кофемолке, просеять через сито. Через час после еды съедать 1 ч.л. порошка, запивая небольшим количеством подогретого вина: летом - белого, зимой - красного.

Избавиться от ревматизма

Мазь из полыни

1 кг свежесобранной полыни, 300 г бараньего жира, 100 г мозгов барана или оленя.

Полынь помыть, пропустить через мясорубку или соковыжималку. Должно получиться 80-100 г сока. Бараний жир растопить в кастрюле, добавить измельченные мозги, варить, помешивая, до образования однородной смеси. Затем ее процедить. Пока масса не остыла, добавляйте сок и тщательно вымешивайте мазь. Сок капайте по каплям, чтобы получилась однородная смесь.

В готовом виде мазь имеет изумрудно-зеленый цвет. Хранить ее следует на холоде, чтобы не расслаивалась. Втирать в больные места, предварительно разогрев их. Можно делать это вблизи источников тепла: батарей, обогревателей, камина.

От бородавок

Мазь из чистотела

10 г сока чистотела, 50 г животного жира.

Из чистотела выдавить сок. Растопить на огне жир, добавить сок. Тщательно вымешать и остудить. Этой мазью один-два раза в день смазывать бородавки. Ее также можно применять при экземе, дерматите, других аллергических проявлениях на коже.

Боли в крестце

Компресс из пшеницы

1 кг пшеничных зерен сварить в воде до мягкости, но не допускать образования каши. Лечебную процедуру выполнить следующим образом.

На кровать положить медицинскую клеенку или большой кусок полиэтилена, сверху - полотенце. Выложить на него отжатые зерна пшеницы и лечь на них так, чтобы они покрывали всю область крестца или тазобедренный сустав. Зерна должны быть горячими. Надо завернуться в полотенце и клеенку, чтобы получился компресс, и укутаться сверху чем-то теплым. Компресс держать 3-4 часа. Повторять процедуру надо 3 дня подряд, каждый раз готовя новую пшеницу. Использованные зерна следует выбрасывать. После трехдневного цикла сделать перерыв на один день. Повторять, пока боли не утихнут. С этой процедурой следует быть осторожными тем, кто имеет противопоказания к различным согреваниям.

Рецепт для похудения

Иногда чувство голода бывает патологическим, слишком сильным. Это наблюдается у людей, находящихся в стрессовой ситуации, которые «съедают» свои проблемы. Если вы принадлежите к такой категории, вам пригодится следующий совет.

Кукурузные рыльца измельчить на кофемолке. Когда одолевает голод, съешьте 1 ч.л. порошка, а через 30 мин принимайте за еду. Через 15 мин после еды примите еще одну ложечку кукурузных рылец, запивая чистой водой. Принимать три раза в день в течение двух недель, затем - перерыв 14 дней. Курс лечения можно повторить.



ЛЕТНЕЕ ОЗДОРОВЛЕНИЕ — легко, приятно, вкусно

Исследования ученых подтверждают: летом организм находится на максимуме физических возможностей. И не воспользоваться ими для укрепления здоровья было бы непостижимой оплошностью! У вас нет на это времени? Ссылка на занятость — не аргумент. Ведь забота о себе в эти теплые месяцы не требует почти никаких усилий и затрат.

Почаще ходите босиком по траве, рассыпчатому песку, мелкой гальке

На кожу стопы, как страны — на карту мира, спроецированы практически все органы и системы. Многочисленные рецепторы чутко отзываются на прикосновение, тепло и холод, включая рефлекторные реакции в определенных местах тела. В числе самых «отзывчивых» — сосуды лица, носоглотки, верхних дыхательных путей. Тот, кто летом скинул сандалии, может не опасаться зимой простуды!

Обнажитесь хотя бы на 10-15 минут в день, чтобы запастись бодростью и энергией на год вперед

Знаете, почему жители Спарты отличались отменным здоровьем и скульптурными формами тела? Потому что до самого совершеннолетия не носили никакой одежды, да и в зрелом возрасте частенько обходились без нее. Участники первых Олимпийских игр соревновались в жару.

вались в чем мать родила, и никогда это не смущало. В нашем климате подобные вольности возможны только в летние месяцы, так что поторопитесь запастись здоровьем впрок. На стадион идти не обязательно: побудьте обнаженными в комнате (нужно только ее хорошенько проветрить) или на балконе. Воздушная ванна — идеальная закаливающая процедура. Однако ее польза не только в этом. Когда вы снимаете одежду, тело начинает «дышать»: кислород, поступающий через кожу, усиливает обменные процессы в подкожно-жировой клетчатке и мышечной ткани. В результате человек становится стройнее, а кожные покровы и мышцы делаются сильными и упругими.

Занимайтесь сексом не реже 3 раз в неделю

Весной и летом эндокринная система активно вырабатывает половые гормоны, побуждающие к повышению сексуальной активности. Среднестатистический европеец занимается сексом всего 6 раз в месяц, что явно недостаточно для хорошего самочувствия. Люди, предающиеся любовным усладам 3 раза в неделю, ощущают прилив сил, как после 15-дневного отпуска, реже страдают хроническими заболеваниями и чувствуют себя моложе по меньшей мере на 10 лет. Пылкие любовники совмещают приятное с полезным: по ходу дела укрепляют сердечно-сосудистую систему, активизируют иммунитет и, поднимаясь на пик наслаждения, сжигают до 1000 ккал на двоих.

Хотите сбросить в июне 3-5 килограммов, снимите солнцезащитные очки

Ученые советуют полным людям смотреть на мир «безоружными» глазами как минимум 2 часа в день (лучше утром или вечером, когда свет не слишком яркий). Некоторые из них утверждают даже, что за один сеанс сезонной фототерапии на свежем воздухе организм теряет столько же калорий, сколько в течение часа занятий в тренажерном зале. Летом действуют и другие факторы, способствующие снижению веса. Во-первых, обмен

веществ активизируется, а значит, жиры сгорают быстрее. Во-вторых, в жаркие дни уменьшается выделение желудочного сока, поэтому есть хочется меньше. В-третьих, в эту пору люди, сами того не замечая, «сажаются» на менее калорийную фруктово-овощную диету.

Избавьтесь от мелких морщинок с помощью масок из свежих овощей и фруктов

Хропотерапевты, специализирующиеся на изучении биоритмов человеческого организма, и врачи-дерматологи утверждают: летом покровы тела интенсивно обновляются, а кожные заболевания лучше поддаются лечению. В эту пору самое время заняться своим лицом. И дорогие кремы покупать не надо! Вот она, ваша косметика, — на грядках растет! Универсальные маски для любой кожи можно приготовить из тертого огурца и моркови, винограда, малины, клубники, абрикосов, персиков и красной смородины.

Как за 2-3 месяца помолодеть на 5 лет?

Сотрудники Научно-исследовательского центра возрастных особенностей питания человека утверждают, что это очень просто — ежедневно съедайте полчашки черники или 2 стакана черничного йогурта. В чернике ими обнаружены вещества так называемого обратного отсчета, позволяющие повернуть биологическое время вспять. Речь идет об антиоксидантах, которые защищают клетки от повреждения свободными радикалами, запускающими механизм старения. По силе омолаживающего воздействия лесная чудо-ягода намного превзошла 39 наиболее распространенных овощей и фруктов, чьи антиоксидантные свойства изучались в сенсационном эксперименте. Чтобы достичь такого же эффекта, что и употребление 1/2 чашки черники, испытуемым пришлось каждый день съедать 3/4 чашки клубники, 1 1/4 апельсиновых долек, 2 1/4 — соцветий капусты, 2 2/3 — чашки кукурузы.

Утопите стресс в море

Морские заплывы укрепляют нервную систему и весь организм в целом. Благодаря микрокристаллам соли, откладывающимся в верхних слоях кожи, оздоровительный эффект от поездки на курорт сохраняется в течение 3 месяцев. Не уверены, что выберетесь этим летом к морю? Устраивайте 2-3 раза в неделю 20-минутные купания в собственной ванне, растворив в ней 2-3 кг соли (морской или поваренной) и 2 столовые ложки хвойного экстракта.

Подборка материалов А. Петренко.

Солнечный круг наш друг

Оранжевое лето стремительно катится прямо в лоб отпускникам, покупающим чемоданы, сумки и корзины. Многие счастливые уже вовсю валяются на пляже, нежась в сладких потоках восхитительного теплого воздуха... Солнце, конечно, наш друг, но в любви главное - не перестараться.



медицина советует снимать ломтиком соленого огурца, лимона, горстью клюквы, брусники – словом, чем-нибудь кислым. Можно сделать несколько глубоких вдохов-выдохов и затем рассосать во рту кусочек льда, выпить холодный зеленый чай со льдом.

Удар, еще удар

Солнечному удару Иван Бунин посвятил один из своих самых нежных и чувствительных рассказов. На раскаленной палубе парохода встречаются двое – немного ленивые, немного циничные, немного скучающие...

И тут их пронзает такая испепеляющая страсть, что не остается времени не только понять, что это самое сильное чувство в жизни обоих, но даже узнать имена друг друга.

Скажем прямо, не всем так везет в жизни. Обычно симптомы солнечного удара куда прозаичнее. Шум в ушах, «мушки» перед глазами, приступ тошноты, головокружение, слабость, бледность, холодный пот, иногда повышение температуры... Коварство солнечного удара – в его неожиданности. Быстрый, активный человек вдруг бледнеет и теряет сознание. Первым делом надо усадить пострадавшего в тени деревьев, тента, а лучше под вентилятор или возле кондиционера. Расстегните воротничок, ослабьте пояс, побрызгайте в лицо холодной водой. Смочите ватку нашатырным спиртом или одеколоном, поднесите к носу, затем разотрите виски. Когда он придет в себя, попросите его наклониться, по возможности низко опустив голову – так будет обеспечен прилив крови к головному мозгу, чтобы избежать спазмы сосудов. Хорошо выпить что-нибудь холодное – только ни в коем случае не пиво или другой алкогольный напиток.

Если больному не станет лучше, придется вызвать «скорую помощь». Пока она в пути, намочите в холодной воде носовой платок, футболку, косынку и положите на лоб. Приступы тошноты народная

Герпес на тропе войны

Солнечный удар – серьезный повод для ссоры организма с вирусом герпеса, «квартирующим» практически в каждом из нас. От перегрева на солнце герпес может активизироваться, тогда он зацветает на коже, слизистых оболочках зудящими высыпаниями; «цветение» сопровождается слабостью, ознобом, температурой, ломотой в области крестца, пояснице, психическим дискомфортом... Традиционная локализация – кожа возле рта и носа, реже – щеки, губы, полость рта. Больной становится заразным для окружающих: возможна передача вируса через поцелуи, а также через общую посуду, косметику, полотенце, постельное белье. Ребенка можно заразить невинно чмокнув в щечку. В этот период лучше забыть дорогу в бассейн, сауну, баню, а солнечное время дня – на пляж. На улицу обязательно выходите, надев на голову летнюю шляпу, легкую косынку, понаму и т.п., с покрытой головой и проводите время в тени, а лучше оставайтесь в помещении, пока не наступит прохлада.

Купайтесь в море рано утром или вечером во время захода солнца, но будьте осторожны, не повредите пузырьки. Пораженные участки смазывайте специальными препаратами. Если лекарство купить негде, воспользуйтесь зубной пастой, одеколоном или 70%-ным спиртом.

Аллергия на ультрафиолет

Хороший врач, конечно же, легко отличит герпес от аллергии на

солнце, которая иначе называется фотодерматоз, или солнечная крапивница. На открытых участках тела появляются красные пятна и волдыри, которые начинают немилосердно чесаться. Этому заболеванию чаще всего подвержены люди со светлой кожей, рыжие, дети, пожилые люди и беременные женщины. Им предпочтительнее отдыхать в средних широтах, но и там нужно проводить большую часть времени в тени и не выходить из дома без широкополых шляп и зонтов.

Объевшиеся или проголодавшиеся люди более уязвимы для солнечных неприятностей, так что на пляж лучше всего отправляться спустя 30-40 минут после еды. Не забывайте о солнцезащитном креме: наносите его тонким слоем, поскольку толстый затрудняет теплообмен. По этой же причине не пользуйтесь в жару никакой туалетной водой, духами, ароматизированными салфетками; на пляже, принимая душ, замените обычное мыло специальным.

О вреде морской водицы

И уж совсем нелепо, когда солнечный удар или обычный перегрев некоторые горе-отдыхающие пытаются «смягчить», залезая в море. Тут в первую очередь дает сбой горло, поэтому ангины и фарингиты – самая распространенная отпускная напасть. В отличие от зимних, летние ангины не вирусные, а эндогенной природы: воспаление вызывает активизация собственной патогенной микрофлоры.

В остальном «пляжные» ангины имеют классический характер: сильная боль в горле и высокая температура. Чаще всего болеют молодые люди.

Совсем не приветствуют врачи повальной привычки промывать морской водой воспаленное горло. Гораздо лучше для этого подойдут полоскания настоями лекарственных растений или раствором поваренной соли и соды.

А вообще, лучше сохранять во время отпуска уверенность во всем, и тогда это будет самое восхитительное и солнечное лето в вашей жизни.

Подготовил А. Варава.

Приведу одно из писем, которое на первый взгляд кажется достаточно обычным. Оно было написано в Англии в 1827 году.

ПУТЬ

5-летний гений

«Дорогая Адель! Я могу прочесть любую английскую книгу, знаю наизусть все латинские существительные, прилагательные... умею складывать любые числа и умножать их на два, три, и т. д. — и так до 11...»

Это письмо было написано Френсисом Гамильтоном. Единственное, что здесь может показаться не совсем обычным, — то, что его автору в тот момент как раз исполнилось 5 лет. Поэтому его можно считать несомненным признаком особой одаренности автора.

Принято считать, что успеха в жизни может добиться только человек одаренный. Возможно, это действительно так. Но всегда ли гениальные люди действительно достигают успеха? Что именно в данном случае следует считать успехом — власть, богатство? Или, может быть, гениальные открытия или новые воззрения, переворотившие привычные представления о мире, да и саму жизнь нашего общества?

Вопреки общепринятому мнению, гениальные люди далеко не всегда достигают личного успеха. Так, великий голландский живописец Рубенс, как известно, умер в нищете, потеряв дом и мастерскую, конфискованные за долги. Или, к примеру, Сократ, приговоренный к смерти торговцами и ремесленниками за свои «неправильные» философские воззрения. Таких примеров можно привести множество. И между ними выискивает колоссальная фигура — Иисус Христос, которого распяли на кресте.

Сам Френсис Гамильтон никогда не считал себя гением. Он родился в Лондоне в 1822 году в очень богатой семье. Его отец — владелец магазинов и банкир, оставил детям состояние, обеспечившее их на всю жизнь. Гамильтона, бывшего седьмым ребенком в семье, бездеятельная жизнь никак не устраивала. К тому же вышедший в свет труд его двоюродного брата, Чарльза Дарвина, оставил в его душе неизгладимое впечатление.

Возможно, именно он и вдохновил его написать собственный научный трактат, вышедший в свет вскоре после книги Дарвина. Этот трактат стал результатом его личных исследований; проанализировав родословную множества семей, он доказал, что гениальность — явление наследственное.

Гениальность по наследству

Так, к примеру, известно, что прабабки Пушкина и Толстого были родными сестрами; в семье Бахов было 16 композиторов, рож-



К ГЕНИАЛЬНОСТИ

трудно перечислить все способы, которые помогают развитию детей.

Что есть гениальность

Что же можно считать гениальностью? Как ни странно, по-видимому, именно дисциплину ума, которая помогает удерживать мысли в здравом русле. Может быть, именно поэтому гениальные дети рождаются чаще всего в интеллигентных семьях, где их личная свобода менее ограничена. Только тот человек, который с раннего возраста подвергался всем последствиям своих поступков, может выработать в себе чувство ответственности за их плоды. Именно отсюда растет понимание того, что **закон всемирного тяготения невозможно было бы открыть, если бы в природе его не существовало.** И невозможно не открыть то, что действительно есть.

Гениальность, по своей сути, — это прежде всего поиск, движение души. Гений сродни пророку, поскольку черпает свои познания из того же источника. Среди людей, прославившихся своими гениальными открытиями, было очень мало атеистов.

Существующие религиозные трактовки далеко не всегда поддерживают научный поиск. Сохранившиеся с древних времен церковные традиции часто твердят нам, что всякое познание — зло, творчество — грех, а изобретения — знак гордыни. Но именно эти традиции почему-то игнорируют положение, что все сущее неспасено свыше, и в том числе люди, двигающие вперед наш мир. Люди, способные слушать Подателя Истины.

И именно этим, возможно, и объясняется знаменитая пушкинская фраза: «гений и злодейство несовместны». А может быть, в этом проявляется принцип, который в свое время Джонатан Свифт высказал словами описанного им великана: сильный должен уступить. И сильный действительно слишком часто уступает, особенно в житейских дрязгах.

Возможно, именно поэтому в человеческом обществе легче всего выжить тому, чье существование не представляет для этого общества ценности. Среди людей принцип естественного отбора действует наоборот.

На это способен любой

Известный американский исследователь Джек Ландром считает, что гением может стать любой, кто обладает интеллектом чуть выше среднего. Для этого нужно только упорно трудиться и предпринимать рискованные шаги. После многолетних исследований он пришел к выводу: главную роль тут играет разум, то есть не интеллект, а эмоции. Ведь, по сути дела, если разобраться, то интеллект — это только машина для решения какой-нибудь задачи. Эта машина вполне может работать вхолостую, порождать великое множество разнообразных идей, на поверку оказывающихся невообразимой чушью. И нередко весь потенциал этой машины уходит на то, чтобы осознать, что все наработанное — обычный бред.

Психологический анализ судеб дал Ландрому возможность установить 12

Доктор Морро



Вторая половина июня будет отмечена большим числом поездок, перемещений, контактов между людьми. Общение и новые знакомства будут складываться, как правило, в легкой, ненавязчивой форме и, чаще всего, на непродолжительное время. Этот период хорош для средств массовой информации, для творческих людей интеллектуального труда. В коммерции ключевую роль будет играть вовремя полученная информация. Что-либо серьезное лучше на этот период не планировать: пусть все идет как идет. У людей проявится большая склонность к болтливости и суете, многие мелочи будут казаться слишком важными. В целом это время более благоприятно для Весов и Водолеев. Ракам, особенно тем, кто родился в конце июня, сейчас придется нелегко: в их знак входит Сатурн, который требует большой работы над собой и иногда призывает к уединению. Если представителей этого знака посетит уныние — не стоит ему поддаваться. Лучше «закатать рукава» и заняться чем-то очень значительным в вашей жизни.

В плане здоровья уязвимы желудок, молочные железы, ключично-плечевой пояс, легкие и нервная система.

17, 18, 19 июня.
Луна в Водолее.

Дни пробуждения творческой активности. Новаторские идеи лучше предоставлять обществу именно в эти дни. С другой стороны, в оценке всего нового не стоит доходить до крайностей, потому что сейчас все испытывают недостаток реализма.

Хорошее время для общения, коллективных мероприятий, всего, что связано с наукой и техникой. Можно брать деньги в долг, давать объявления или рекламу.

Плохо для слишком откровенных бесед (тайна не сохраняется), для общения с начальством. В эти дни вероятны мелкие разочарования в людях. Требуется осторожность в обращении с электроприборами, огнем и ядохимикатами.

Противопоказаны операции на глазах, головном мозге, на ногах. Зато эти дни хороши для начала диеты и пломбирования зубов.

19, 20, 21 июня.
Луна в Рыбах.

Проходя по знаку Рыб, луна ослабляет в людях чувство реальности. Поэтому принимать важные и ответственные решения в эти дни не рекомендуется. Зато

в эти дни, как правило, наблюдается всплеск интуиции, эмоциональности, но также и жалости (не только по отношению к окружающим, но и к «себе любимому»).

Хорошо для выезда на природу, желательно побольше побыть в уединении. Можно заниматься юридическими делами, вступать в брак, обращаться к спонсорам.

Плохое время для излишеств в наслаждениях. Спиртное и наркотические вещества в эти дни особенно опасны. В медицинской сфере также требуется осторожность при введении наркоза. Противопоказаны операции на ступнях и пальцах ног. Зато можно заняться лечением желудочно-кишечного тракта.

21, 22, 23 июня.
Луна в Овне.

Дух энтузиазма и честолубия в эти дни правит бал. В эмоциональном плане люди легко возбудимы и плохо контролируют себя. Постарайтесь в эти дни не обидеть близких своей несдержанностью. Хорошо для всех дел, требующих энергичного ведения и быстрого завершения. Благоприятно для всех мероприятий, связанных с индустрией, техникой, химикатами и т.п. Можно обращаться к начальству.

Плохо для всего, что грозит стать затяжным. Неудачно для вступления в брак, денежных операций. В эти дни возрастает риск травм головы, желательно не удалять зубы, не делать операций на лице и голове. Можно проводить хирургическое вмешательство на органах мочевыделительной системы.

24, 25, 26 июня.
Луна в Тельце.

В эти дни интересы у людей будут сосредоточены вокруг материальной сферы, сугубо земных дел. Взгляд на жизнь трезв и рационалистичен. Вместе с тем присутствует желание потакать себе в маленьких слабостях и больших удовольствиях. Те, кто сидит на диете, могут очень легко сорваться.

Хорошо для всех дел, которые должны длительно реализовываться. Можно вступать в брак, заводить новые знакомства, заниматься финансовыми операциями, делать дорогие покупки.

Плохо для всех дел, которые требуют риска. Следите за своим кошельком — на него могут покушаться. Стоит беречь горло от простуды, нельзя проводить операции

в области шеи и удалять зубы. Зато можно оперировать органы репродуктивной системы, область ануса и переносицы.

26, 27, 28 июня.
Луна в Близнецах.

В эти дни возрастает число контактов, общения между людьми, ключевую роль играет вовремя полученная информация. Люди склонны к интеллектуальной игре ума, так что недолго легкомысленно заиграться. Рациональный элемент в таких умозаключениях сведен до минимума.

Хорошо для всех видов общения (письма, поездки, телефонная связь и т.п.), обмена информацией, торговых сделок, договоров и творчества.

Плохо для всех затяжных дел, для любви, брака, партнерства. Не стоит покупать недвижимость. Стоит поберечь руки и плечи (в эти дни часты травмы в этой области), легкие (простуда!) и нервную систему (не допускать перегрузок, пить успокоительные). Можно проводить медицинские манипуляции с кровью, а также в области ягодиц и тазобедренного сустава.

29, 30 июня, 1 июля
Луна в Раке.

У всех без исключения усиливаются эмоции, впечатлительность и воображение. Это дни интенсивных эмоций и подавления рационализма. Усиливается материнский инстинкт, люди склонны к сочувствию. Можно на эти дни приурочить сложные объяснения и примирения. Хорошо для быстротекущих дел, для домашних и семейных дел и отношений. Для юридических дел, путешествий по воде.

Плохо для затяжных дел: вступления в брак, строительства дома, переездов и обменов жилья. Нужно проявлять осторожность при работе с острыми предметами, огнем и ядами.

Нужно беречь молочные железы и желудок, повышена опасность пищевых отравлений, пагубно влияет алкоголь. Лучше не проводить операций на желудке и грудной клетке. Можно удалять зубы и делать медицинские манипуляции в области коленей, на варикозных узлах, лечить ревматизм.

Звездочет Вега

НЕБОЛЬШОЙ ОСОБНЯК В КРАКОВЕ

Разговор этот происходил в одном из особняков польского города Кракова, куда судьба занесла меня волею главного редактора «Самоисцеления...» Адрес целительницы был мне известен и я, выполнив редакционное задание, решил зайти, поговорить с этой удивительной женщиной. Благо время было.

- Ангелина Кшиштафовна, что ж вы нашу-то газету подзабыли? Корни ведь ваши в Украинской земле. Кстати многие читатели живо откликнулись на наши публикации о вас, прислали фотографии. Некоторые, которым вы помогли, выразили благодарность через газету...

- И много таких?

- Человек 180 наберется.

- Попробую, Валерий, ответить на ваш первый вопрос. Газету я не позабыла. Просто у меня очень много работы. Вы видели очередь на улице?

- Да уж, солидно... Человек 100 наберется, да еще детишки.

- Приплюсуйте к этому фотографии и корреспонденцию, которую разбирают и сортируют четыре клерка, да журналисты покоя не дают. Вы бы попробовали сюда прорваться, если бы не сказали секретарю, что из Донецка.

- «Звездной» болезни не опасаетесь?

- Нет. Я же для людей работаю, халтурить не приучена, да и некогда мне «болеть».

- А почему вас потянуло к себе польская земля?

- Народ здесь очень набожный, святость не забыли. В Кракове находится икона Божьей матери, покровительницы Польши. Здесь и воздух, кажется, святым духом пропитан. В войну фашисты весь (!) этот город заминировали, а взорвать не смогли. Это о чем-то говорит? Да и обстановка в Украине мало способствует работе экстрасенсов.

- Что вы имеете в виду?

- Слишком много шарлатанов, именующих себя целителями, пытаются «сделать» деньги на горе народном. Где это видано, чтобы в каждом городе Украины вели прием одновременно по полтора десятка медиумов? Да еще новые и но-

вые появляются под разными «крышами». А цель одна – оболванивание населения.

- А здесь как?

- А здесь вполне можно обходиться без рекламы. Если люди поймут, что ты искренен в своем желании помогать им и действительно что-то умеешь.

- Каков основной аспект вашей деятельности здесь?

- По-прежнему – омолаживание.

- По фото?

- И по фото и в непосредственной беседе с клиентом?

- В смысле пациентом?

- Не правильно вы меня поняли. Среди моих посетителей очень много вполне здоровых людей. Просто житейские невзгоды откладывают свой отпечаток на внешность. Особенно у женщин. Хотят выглядеть моложе, вот и идут.

- Но дети во дворе?

- Это другое. У детей нет запущенных болезней, не успевают укорениться в организме. Есть, правда, врожденные, но с этим бороться гораздо легче. На таком уровне я вполне способна вылечить человека.

- Не хочу вас задерживать и все же одна просьба у меня есть. Хочу вас сфотографировать (редакция снабдила меня цифровым аппаратом - автор)...

- И рассылать мою фотографию желающим омолодиться?

- Не буду лукавить. Есть такая мысль. Распечатаем ваше фото на компьютере...

- И почем же продовать будете? – в глазах Ангелины Кшиштафовны появился сухой блеск, в голосе зазвенел металл. Мне стало не по себе, я ощутил силу взгляда этой женщины. По моему телу прошел озноб. «Идиот, - мелькнула мысль, - с кем связался».

- Это уж, как вы скажете, - сумел выговорить я.

По просьбе читателей.

Интервью с ИСЦЕЛЯЮЩЕЙ ВЗГЛЯДОМ.

Статьи об этой удивительной женщине вы можете прочитать в №№ 17, 18 за 2002 год.

- Так вот. Я требую, чтобы люди, подписывающие вашу газету, получали мое фото БЕСПЛАТНО! Это вам подходит?

- Вполне, - я вздохнул с облегчением Волна непонятого напряжения отхлынула... Я достал фотоаппарат...

- Валера, - услышал я уже при выходе, у вас сейчас..., - тут Ангелина Кшиштафовна безошибочно определила мой диагноз, о котором я узнал совсем недавно, - но это чепуха. Просто вам необходимо придерживаться рекомендаций врачей и года через два неприятностей забудете

- Может омолодите заодно?

- Поинтересовался я шутливо – всеселой наглостью.

- Ты и так моложе своих сверстников лет на 7 – 8 выглядишь. Тебе я только повредить могу...

- Ну, до встречи на украинской земле?

- Обязательно приеду.

Ездил в командировку Валерий Веселов.

От автора: Уважаемые читатели. Я не полностью привел здесь мой диалог с Ангелиной Кшиштафовной, но и ничего не прибавил от себя. Думается, что суть вам ясна. Каждый подписчик газеты по желанию сможет получить фото этой удивительной женщины. Для этого необходимо лишь выслать в адрес редакции конверт с обратным адресом и копию квитанции о подписке на газету «Самоисцеление и долголетие». В спецвыпусках газеты «777» вы сможете прочитать статьи об исцеляющей взглядом ранее напечатанные. Публикации их мы повторим по просьбам наших подписчиков

Наш адрес:
83087 г. Донецк, а/я 2314

участвуют читатели газеты, подписавшиеся не менее чем на 6 месяцев.

1. Необходимо собрать отрывные талоны газет с №7 по №12 за 2003 год (итого 6 штук.).

2. Заполнить произвольно клеточки ☒ ☐

3. В №12 будет опубликован особый купон, в который необходимо в произвольном порядке наклеить все отрывные талоны и выслать в редакцию по адресу: 83087, г. Донецк, а/я 2314, (в России - 111141, г. Москва, а/я 473, Краснобельмова Н.Б.) вместе с копией квитанции о подписке.

4. Победители будут награждены призами: «ЛЮСТРАМИ ЧИЖЕВСКОГО».

5. Призовой купон первого этапа конкурса (участвуют номера с 7-го по 12-й) будет опубликован в №14 за 2003 г.

Для подписчиков, не получивших призы, розыгрыш продолжится, но участвовать уже будут талоны газеты с №7 по №12 за 2003 г. Читатели, имеющие годовую подписку, будут участвовать в розыгрыше до конца года (т.е. 4 раза), полугодовую - в том полугодии, на которое оформлена подписка, т.е. 2 раза. Удачи вам.

Редакция

ОТРЫВНОЙ
ТАЛОН

№ 11

100 г клубники, 5 ст. ложек сахарного сиропа, сок из половинки лимона, 2 стакана газированной воды.

Ягоды разрежьте на несколько частей, выложите в эмалированную посуду, добавьте сахарный сироп, лимонный сок и немного газированной воды. Оставьте на полчаса, а затем долейте газированной водой, размешайте и разлейте по высоким бокалам.

На 1 бокал - 5-7 вишен, 1 чайная ложка сахарной пудры, 50 г мороженого, 100 г газированной воды.

Из вишен удалите косточки, разложите плоды по бокалам, посыпьте сахарной пудрой, поверх поместите мороженое и залейте охлажденной газированной водой.

1 месяц	1,84 грн.
3 месяца	5,52 грн.
6 месяцев	11,04 грн.
12 месяцев	22,08 грн.

Державний комітет зв'язку України

АБОНЕМЕНТ На газету

41332

«Самоисцеление и долголетие»

(наименование издания)	Кількість комплектів
------------------------	----------------------

на рік по місяцях

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

Куди

(поштовий індекс)

(адреса)

Кому

(прізвище, ініціали)

ПВ місце літер

На газету

41332

«Самоисцеление и долголетие»

(наименование издания)	переплати	грн.	коп.	Кількість комплектів
Вартість	переплати	грн.	коп.	

на рік по місяцях

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

поштовий індекс

місто

село

область

район

вулиця

код вулиці

буд.

корп.

кв.

прізвище, ініціали

СКОЛЬКО СТОИТ ПРОСТУДА?

Согласно отчету, опубликованному в февральском номере журнала *Archives of Internal Medicine*, ежегодные экономические затраты на терапию вирусных инфекций респираторного тракта (ВИДП), вызванных не вирусом гриппа, приближаются к 40 млрд долларов США.

Авторы отчета сообщают, что клиническое значение ВИДП, вызванных не вирусом гриппа (т.н. «простуда»), изучалось достаточно широко, однако изучению стоимости терапии этих инфекций не уделялось достаточного внимания.



Для определения затрат на терапию ВИДП, вызванных не вирусом гриппа в США, группа исследователей во главе с д-ром А.М. Фендриком из Университета Мичигана использовали результаты национального телефонного опроса и опубликованные данные о медицинской и экономической стоимости инфекций.

Более 2/3 взрослых пациентов и каждый 7-й ребенок из 8 в течение года, предшествующего опросу, переносили, по крайней мере, 1 раз симптомы простуды. При этом в среднем простудные заболевания у взрослых развивались 2,2 раза в год, а у детей 3 раза в год.

На основании этих данных, в течение одного года 110 миллионов посещений врача, 23,2 миллиона телефонных звонков терапевту и 6 миллионов случаев вызова неотложной помощи были связаны с развитием простудных заболеваний.

В то время как 69% пациентов принимают лекарственные средства при появлении симптомов простуды без рецепта врача, по данным отчета, в 8,2% случаев врач выписывает рецепт на антибиотики. Таким образом, 41 миллион нерациональных назначений антибиотиков обходится более чем в 1,1 млрд долларов США в год.

Экстраполировав полученные данные на все население США, согласно отчету, совокупная стоимость терапии простудных заболеваний приближается к 40 млрд долларов США в год, при этом прямые медицинские затраты составляют 17 млрд долларов, а не прямые — 22,5 млрд долларов США.

При расчете не прямых медицинских затрат учитываются 189 миллионов пропущенных дней в средней школе и 196 пропущенных рабочих дней (126 миллионов рабочих дней по уходу за ребенком и 70 миллионов рабочих дней по болезни у взрослых).

Исследователи считают, что 40 млрд долларов США экономических затрат на терапию ВИДП по ежегодной стоимости для США позволяют отнести эти заболевания к одной категории или выше, чем многие значимые хронические заболевания, такие как гипертензия, ХОБЛ, застойная сердечная недостаточность, стенокардия и мигрень.

Социальное значение широко распространенных, но менее дорогостоящих состояний, как, например, простудные заболевания, на самом деле может быть гораздо выше, чем у менее распространенных тяжелых состояний, которым уделяется большое внимание как в медицинской литературе, так и в прессе.

Д-р Фендрик пояснил, что население должно осознать, что при простудных заболеваниях, склонных к самоизлечению, посещение врача и получение рецептурных лекарственных средств практически не имеет преимуществ перед самостоятельным лечением.

В то же время стоимость терапии распространенных и реже встречающихся заболеваний значительно превосходит прямые медицинские затраты. В определенных случаях стоимость отпуска по болезни может превосходить расходы на посещение врача, госпитализацию и лекарственные средства.

В Украине: рег. уд. КВ 2847 от 3.10.97.

Учредитель и главный редактор С. Я. КОСТАНДА

В России: рег. № 018633 от 25.03.99.

Учредитель А. Н. Мозжухина

Издатель и редактор Н. Б. Краснобельмова
111141, г. Москва, а/я 473

Издатель: Агентство «ИСКРА», телефон: 55-56-11

Адрес для писем: 83087 г. Донецк, а/я 2314

E-mail: s.kostanda@mail.ru; iskra_ua@yahoo.com

http://www.zona.com.ua/www/index.htm

Главный редактор С. Я. КОСТАНДА

Типография Михайлова, г. Смоленск, т.: (0812) 61-09-09

Тираж 10 300 экз. Общий тираж 17 000 экз.

Мнение авторов может не совпадать с мнением редакции. Перепечатка статей — с разрешения редакции.

Рукописи не возвращаются. Просьба не использовать газету в хозяйственных целях.

Если вы уже прочли газету, подарите ее друзьям или соседям.

№ 12 июнь 2002 г.

Нетрадиционная медицина

САМОИЩЕЛЕНИЕ ДА ДОЛГОЛЕТИЕ

Основана в 1994 году, выходит 2 раза в месяц

Подписной индекс:

для Украины 41332
для России 79671

Подарок ясновидящего
Владимира СОЛОМИНА

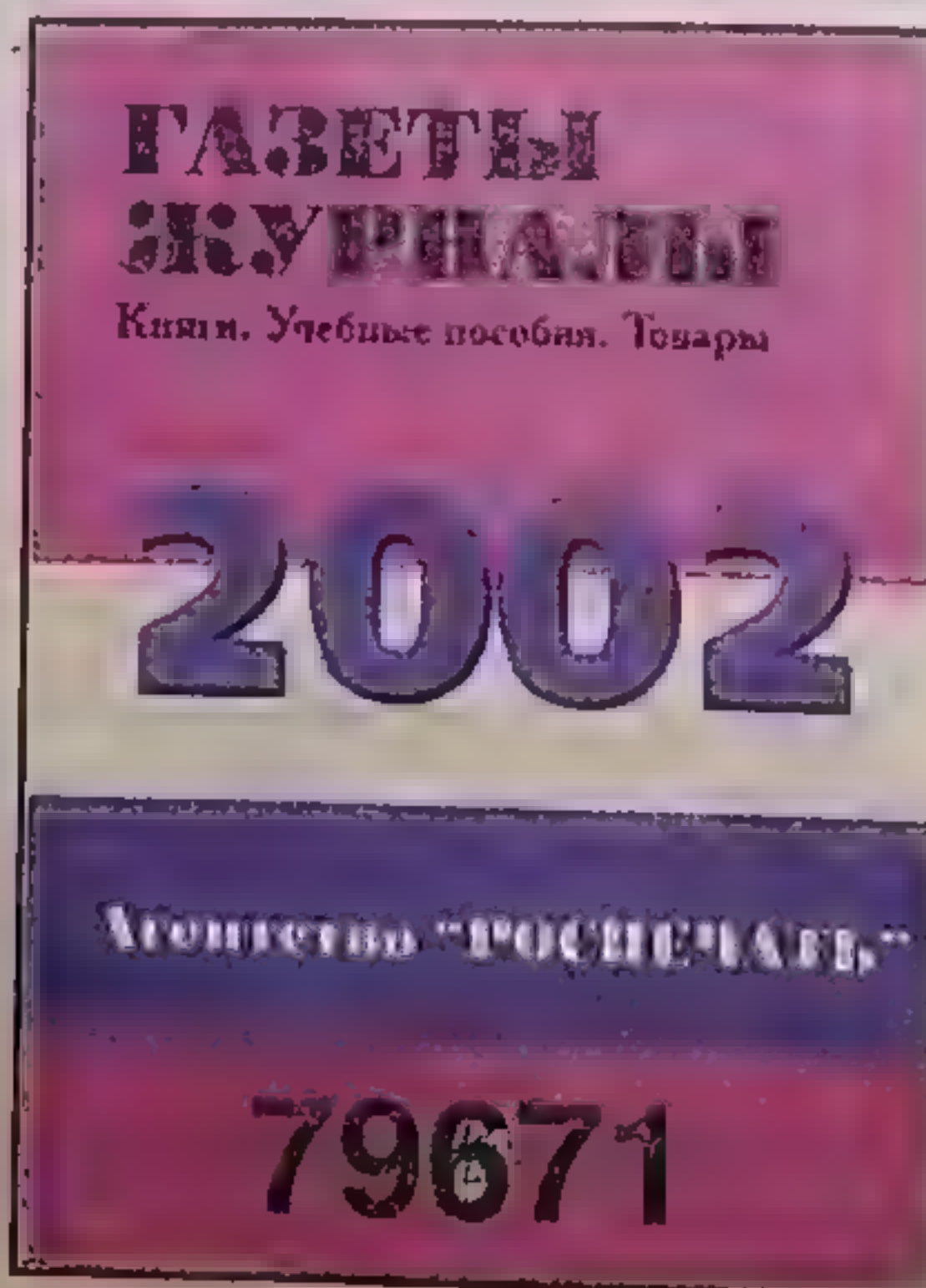
Данный номер газеты поможет
при заболевании костей

Говорю то, что

Заговоренная нить

Норитник -
против опухоли

ПОДПИСНЫЕ КАТАЛОГИ РОССИИ
«САМОИЩЕЛЕНИЕ И ДОЛГОЛЕТИЕ»



Ногу спасла
береза

ХЛАМИДИОЗ,
ДИАБЕТ

Подошвенные
бородавки,
тромбофлебит,
суставные боли

Секрет
Залмановских ванн

Слово редактора	2
Возрождение	3
Духовное исцеление	4
Десять заповедей Божьих	5
Клуб феноменов	6
«Я никого не обманываю...»	7
Отвечаем на письма	8
Старые книги советуют	9
Насекомые-целители	10
Пчелы и знурыз	11
Чудо-травки	12
Норицник узловатый	13
Нам пишут	14
Нос без гайморита	15
Артриты и ревматизм	16
Водолечение	17
Скипидарные ванны	18
Магия: история, традиции	19
Гипнотические внушения	20
Вредные привычки	21
«Ох, дым папирос...»	22
Консультации специалиста	23
В джазе только камушки	24
Народная медицина	25
При заболеваниях кожи	26
Знахарские тайны	27
Защита от глаза	28
Чудо-травки	29
Без лоха жить плохо	30
Уроки интимной жизни	31
Сексуальное здоровье	32
Записки	33
бывалого фельдшера	34
Кроха	35
Когда болят зубы	36
Паутина алкоголизма	37
Трагедия...	38
Доктор интернет	39
Жизнь в наручниках	40
Наркоманка	41
Обратная связь	42
Письма читателей	43
Полезная страничка	44
Пароли, конкурсы	45
Астрологический прогноз	46
Если звезды зажигают	47

Спускаясь к Великой реке,
Мы все оставляем
следы на песке,
И лодка скользит в темноте,
А нам остаются
круги на воде

ставляет настоящую человеческую элиту жила достойно как в материальном, так и духовном плане.

Недавно мне одна молодая мать рассказывала, что ей на ребенка назначили пособие 17 грн. – это 3,5 доллара в месяц – т. е. стоимость в кафе одной чашечки кофе. Хотелось

ВОЗРОЖДЕНИЕ

Дорогие наши читатели, хотелось бы, обращаясь к Вам, говорить только о чудесном мгновении в котором мы живем, но... к сожалению, из головы не идет один сюжет недавно увиденный по телевидению. Нам показывали шахтерскую семью, в которой мать и пятеро ее детей живут в настоящее время как у врат ада. У них ничего нет из того, что сейчас имеет рядовой житель любой европейской или азиатской страны.

Нет: работы, дома, газа, воды, еды, одежды и т. д., но самое главное – у них нет надежды на лучшее будущее. Дети собирают металлолом и этим живут 2-5 дней. А ведь в прошлом у них все это было. Всем известно, что шахтеры имели зарплатки самые высокие в стране. Жена шахтера в СССР всегда с гордостью говорила: «У меня муж шахтер, я могу себе позволить любую прихоть!». Сейчас же, даже если есть работа на шахте, то за нее месяцами не платят.

Только подумайте, как это может быть: шахтер работает, уголь добывается и продается, а ему даже не дают возможности восстановить свои силы для добычи того же угля. Как тут не вспомнить произведение М. Горького «Мать». А ведь там описывается, что, в отличие от сегодняшнего дня, зарплату платили, значит у хозяина совесть была. Но все равно рабочие восстали и сделали революцию и создали ту жизнь, о которой ВИА «Наутилус Помпилиус» в одной из песен с отвращением поют: «Молятся на то, что их нищета гарантирована». Но спросите любого человека, который жил в то не столь отдаленное время, считал ли он себя нищим, и ответ будет однозначным – нет, нет и еще раз нет. А о рабочих, особенно высококвалифицированных, и говорить нечего. Вы скажете, что в те времена власти жили значительно лучше. Да Бог с ними, главное, что большая часть людей, та, что и со-

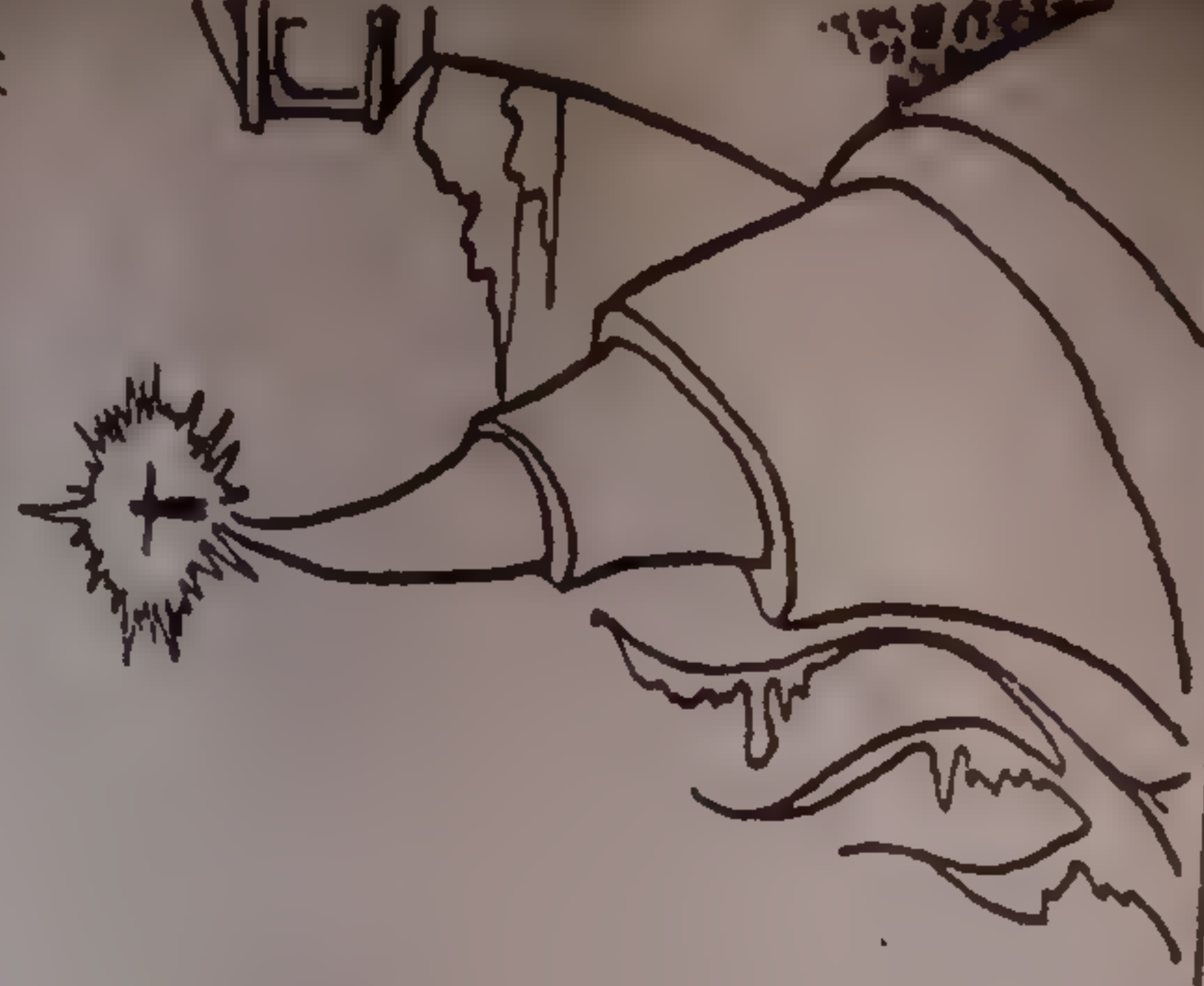
бы посмотреть в глаза того, кто эту подачку назначил и есть ли в тех глазах искра жизни.

А теперь подведем итоги: мы, как редакция, работаем именно на большую часть общества, ту, у которой сейчас доходы даже меньше прожиточного минимума. И вот эти люди, которым могут пригодиться наши советы не могут себе позволить иногда купить издание, а о подписке и говорить нечего. Т. е. получается замкнутый круг – мы творим для Вас, а Вы не можете себе позволить купить что-то для себя. Конечно, это не значит, что мы с Вами должны сидеть сложа руки. Несмотря на обстоятельства, что сложились и даже вопреки, им мы будем делать все чтобы счастливыми быть, удачливыми и богатыми.

В конечном итоге, от общества, в котором мы живем, зависит не все. Любому человеку судьба предоставляет много разных путей и много разных подсказок по преодолению трудностей. И надеюсь, что наши публикации окажутся теми счастливыми подсказками, которые принесут в Ваш дом здоровье, надежду и удачу.

Воспринимайте здоровье как счастье и свободу!

Светлана КОСТАНДА



ДУХОВНОЕ ИСЦЕЛЕНИЕ

ЧЕТВЕРТАЯ ЗАПОВЕДЬ

ТЫ ДОЛЖЕН ОТЦА И МАТЬ ЧТИТЬ

Эта заповедь по воле Бога была дана человечеству. Но она вызвала несказанную душевную борьбу. Как много детей и как много взрослых упорно боролись, чтобы именно самым тяжким образом не нарушить эту заповедь. Как может ребенок чтить отца, который унижился до того, что стал пьяницей или мать, которая своими капризами, несдержанным темпераментом, распущенностью и многим другим отцу и всему дому отравляет жизнь, не давая шанса на спокойствие. Может ли ребенок уважать родителей, если он слышит, как они друг с другом жестоко ругаются, друг друга обманывают или даже дерутся.

важает не личность, а понятие отцовства и материнства. Она касается, прежде всего, не детей, но самих родителей, требуя от них держать в почете отцовство и материнство! Эта заповедь налагает на родителей безусловные обязательства постоянно полностью сознавать свою высокую задачу и тем самым иметь ввиду связанную с ней от-

рый, стремясь ввысь, пытается охватить всеобъемлющее величие, вместо того, чтобы всегда упрямо стараться эту великую волю втиснуть в жалкую ограниченность земного мозга, превращенного им в храм разума. Этим самым он добровольно опускает свой взгляд вниз, как раб, ходящий в цепях, вместо того, чтобы его, расширив блеском радости, направить ввысь навстречу лучам познания.

Ты должен чтить Отца и Мать!

Пусть это будет вам святой заповедью! Поставьте отцовство и материнство на почетное место!

Ибо кто еще сегодня знает, какое боль-

шое достоинство в этом заложено! И какая сила для облагораживания человечества! В этом люди, вступающие в брак, здесь, на земле должны были бы, наконец, отдавать себе отчет, тогда и всякий брак будет настоящим браком, закрепленным в духовном. И все отцы и матери по Божественным законам будут достойными почитания. А для детей эта заповедь станет святой и живой через их родителей. Они вообще не смогут поступать иначе, как от души почитать отца и мать, безразлично, каковыми бы ни были сами дети. Они будут на то вынуждены поведением самих родителей. И горе тогда тем детям, которые заповедь не будут выполнять полностью. Их постигла бы тяжелая карма, так как основание для сего полностью дано.

Но выполнение заповеди по закону взаимодействия станет скоро самоочевидно радостью и потребностью. Поэтому идите и соблюдайте заповеди Божьи серьезнее, чем до сих пор. Это означает - уважайте и выполняйте их, чтобы вы стали счастливыми.

Из книги АБД-РУ-ШИНА

Десять заповедей Божьих

РАЗЪЯСНЕННЫЕ ЛЮДЯМ АБД-РУ-ШИНОМ

Многочисленные семейные сцены часто превращали эту заповедь в муку для детей, делая невозможным ее выполнение

Слово «Мать» или «Отец» должно бы всегда пробуждать теплое искреннее внутреннее чувство, при котором достойный образ, полный чистоты вставал бы перед душой, предостерегая или благословляя как путеводная звезда в течение всей земной жизни. И какого же сокровища лишается любой ребенок, если он своего отца или свою мать не может почитать от всей души.

Эту заповедь исказили, желая ее исправить согласно человеческим понятиям, сделать ее еще более точной через прибавление:

«Чти отца твоего и мать твою»! Отчего она стала личной. А это должно было привести к заблуждениям, так как заповедь в правильном виде гласит только. **«Ты должен отца и мать чтить»!** Эта заповедь охваты-

вает не личность, а понятие отцовства и материнства. Она касается, прежде всего, не детей, но самих родителей, требуя от них держать в почете отцовство и материнство! Эта заповедь налагает на родителей безусловные обязательства постоянно полностью сознавать свою высокую задачу и тем самым иметь ввиду связанную с ней от-

ветственность. В потустороннем мире и Царстве Света живут не словами, но понятиями. По этой причине бывает, что при словесной передаче нередко происходит ограничение самого смысла, как это видно в данном случае. Но горе тем, которые не соблюдали этой заповеди и не пытались ее правильно понять. Это не является извинением, что до сих пор она так часто толковалась только неправильно и неправильно внутренне переживалась. **ПОСЛЕДСТВИЯ НЕСОБЛЮДЕНИЯ ЗАПОВЕДИ УЖЕ СКАЗЫВАЮТСЯ ПРИ ЗАРОЖДЕНИИ И ПРИ ИНКАРНАЦИИ ДУШИ.** Совсем по-другому было бы на этой земле, если бы эта основная заповедь была людьми понята и выполнена. Совсем другие души могли бы тогда инкарнировать, которые не в состоянии были бы допустить упадок нравов и морали до такой степени, как это имеется в настоящее время.

Где человек, который старается правильно познать Волю Бога, кото-

КЛУБ ФЕНОМЕНОВ

На сей раз моя беседа с Владимиром Соломиным произошла в салоне его автомобиля. Владимир Анатольевич – человек занятой и «поймать» его в благоприятный для себя момент весьма сложно. Да и народ около кабинета ясновидящего вряд ли испытает восторг, если я, пользуясь правами журналиста, попытаюсь проникнуть на прием без очереди.

- Владимир Анатольевич, все эти люди около кабинета пришли с целью оздоровления?

- Не совсем так. Сейчас у меня находилась женщина. Ее сын – бывший офицер, ввязался в не очень чистый бизнес. Проще говоря, его «кинули» на крупную сумму. У честного человека могут быть неприятности с правоохранительными органами. Я хочу ему помочь.

- К вам обращаются по вопросам юриспруденции?

- Очень часто. Судебных вопросов много. И наиболее рейтинговый из них: «Посадят – не посадят?».

- Может вспомните наиболее нетипичный случай?

- Конечно. Совсем недавно одну девушку обвинили в убийстве. Она, фактически, ушла в тюрьму. Родня обратилась ко мне, и я помог снять с нее обвинение.

- То есть, она не была виновата?

- Абсолютно.

- Я обратил внимание: у вас довольно обширная клиентура в плане географических координат...

- Да, приезжают люди со всей Украины, из Санкт-Петербурга, с Сахалина и Камчатки, сегодня звонили из Испании, вчера из Израиля.

- А каков круг вопросов?

- Вопросы абсолютно непредс-

казуемы – есть производственные, есть касающиеся денежных выплат, по качеству материалов, по поездкам, замужеству, совместимости людей...

- Расстояние в таких предсказаниях не помеха?

- Никким образом. Я «просматриваю» ответ на вопрос на любом рас-

всех без исключения?

- Нет. Обманывать не буду. Недавно ко мне пришел человек – он болен, что называется, насквозь. Я не беру таких больных, тому много причин, говорить о которых с моей стороны было бы неэтично.

- Но чем-то вы этим людям

Владимир Соломин:

«Я никого не обманываю. Говорю то, что вижу»

помогаете?

- Я, по мере возможности, продлеваю этим людям жизнь, предупреждаю о болезни, даю некоторые рекомендации.

- В среднем, сколько времени вы тратите на «просмотр» одного посетителя?

- В среднем – 10-15 минут, это по всем вопросам. Чтобы полностью составить представление о человеке необходимо от двух до пяти секунд, максимум – 10. Но иногда посетители приходят целыми тетра-

дами вопросов – тогда приходится задерживаться.

- Я давно хочу задать вам вопрос: «Ваш дар или талант можно ли считать оружием в определенном смысле слова? Можете вы использовать его не только на благое дело?».

- В принципе, да, но я никогда не стану этого делать. И еще я заметил, те люди, которые строят мне козни, кто поступает со мной непорядочно, тем или иным образом позже бывают наказаны.

- Кем?

- Провидением, жизнью.

Беседовал Валерий ВЕСЕЛОВ



стоянии. Приходилось, не выезжая на место, оценивать состояние покупаемой человеком квартиры, вплоть до фундамента...

- Простите за нескромность, но и ясновидящий не может святым духом питаться. Как по-вашему, цена за ваши услуги приемлема для, скажем так, среднего слоя населения?

- Я думаю, что да. Ведь я никого не обманываю. Говорю, что вижу на самом деле. А у многих, кто зарабатывает сейчас экстрасенсорикой и ясновидением, некий элемент надувательства все же присутствует.

- Вы беретесь лечить

КЛУБ ФЕНОМЕНОВ



Дорогая редакция!

Читаю в газете «СД» статьи о Владимире Соломине и радуюсь тому, что о нем читают многие люди. Ведь это действительно уникальный человек. Я говорю так уверенно, потому что сама пользовалась его помощью. Пришла демократия и мы все стали нищими. Лично я осталась без работы, без средств к существованию. Долго мыкалась, пока устроилась на работу, а зарплата – слезы одни: 100-120 гривен. Даже для одного человека это на неделю. В общем, крутилась я, вертелась, пошла к Соломину. Он, спасибо ему, рассказал в чем дело, научил, что надо делать, и когда я спросила, смогу ли я выиграть, если буду играть в лото, он тоже подсказал, что делать и в какое лото играть. Я выиграла крупную сумму денег. Я так благодарна Владимиру Анатольевичу Соломину, с чьей помощью мои дела поправились, я имею в виду финансовые, а, значит, и все другие.

Дай Бог здоровья В. Соломину, пусть он и дальше помогает таким несчастным, как я. Спасибо ему и редакции.

Елена КОВАЛЬЧУК.
г. Полтава

№	Да	Нет	Иное
2243 Владимир		X	
8888 Светлана		X	с. Малиновка
1171 Юлия		X	иногда, но мало
2626 Анатолий		X	
7777 Валерий		X	
2395 Вера	X		
1358 Елена	X		
1981 Ольга		X	
1314 Виталик		X	
4358 Мария		X	но иногда маленькую сумму
3357 Иван		X	
4444 Анна		X	
7779 Нинель	X		
6789 Василий		X	
5250 Люба		X	внушила себе
6660 Нина			приехать, вопрос не понятен
7814 Лариса	X		
4715 Людмила	X		полный голод 7 дней
7019 Петр	X		
4444 Владимир	X		
5555 Валентина		X	
5052 Люба	X		бизнес
8486 Светлана	X		нарядный способ
1957 Ирина	X		решительность, настойчивость
1954 Валентина		X	
1954 Катерина	X		п. Владимировка
2075 Валентина	X		
5151 Елена	X		но все зависит от вас
3589 Лариса		X	
1939 Людмила	X		решать ей
1890 Светлана		X	очень впечатлительны
9957 Леонид	X		уверенность с его стороны
1940 Нина	X		Авдеевка
1665 Ирина	X		
9999 Галина	X		
2525 Женя		X	нет конкретного вопроса
2244 Юлия		X	вопрос повторите четко
7874 Люба	X		остальные вопросы платные
7026 Геннадий	X		
1954 Валентина	X		
1982 Юрий	X		
0080 Надежда		X	в следующей году
4379 Светлана		X	характер

От редакции:

Задавайте вопросы В. А. Соломину.

Учитывая то, что журнальная площадь невелика, а вопросы, интересующие читателей, самые разнообразные, предлагаем заполнить нижеприведенный талон и отправить в адрес редакции. **Задавать вопросы такие, ответы на которые можно дать только «да» или «нет».** Ответы будут публиковаться через газету и только подписчикам «СД» на 6 месяцев на 2002 год. (В конверт вложить две марки).

Если вы хотите еще что-то узнать более подробно, то эти услуги платные. Вы либо приезжаете к В. А. Соломину в г. Донецк по адресу: ул. Куйбышева, 96, либо делаете денежный перевод на сумму 50 гривен или 250 рублей. Бесплатные и платные письма и переводы направлять по адресам (вместе с копией о подписке) в Украине: 83087, г. Донецк, а/я 2314, Колесник Ксения Станиславовна. В России: 111141, г. Москва, а/я 473, Краснобельмова Нина Борисовна. На письмах указывать код «Ф». Заключаются также договора с предпринимателями, фирмами на финансовое обслуживание. В. А. Соломин поможет провести успешно любую сделку либо предупредить неудачу.

Тел.: (0622) 53-90-14.

ВОПРОС В. СОЛОМИНУ (не более 20 слов) №7	
ВАШ №	<input type="text"/>
(4 произвольные цифры)	
ИМЯ	<input type="text"/>
ДЕНЬ, МЕСЯЦ, ГОД РОЖДЕНИЯ	<input type="text"/>
ОТВЕТ	<input type="checkbox"/> ДА <input type="checkbox"/> НЕТ

Подлинным зеркалом нашего образа мыслей является наша жизнь

ЗАЩИТНЫЕ ВЕЩЕСТВА В ПЛОДАХ И ЯГОДАХ

Арбутин. Накапливается в некоторых грушах северного сорта. Действие мочегонное и дезинфицирующее; предупреждает ряд заболеваний почек, отеков легких, воспалений мочевого пузыря.

Вибурин. Содержится в ягодах садовых сладкоплодных и дикорастущих малин. Предупреждает внутренние кровоизлияния, повышает свертываемость крови. Полезен при гемофилии, язве желудка, маточных кровотечениях и других заболеваниях.

Амигдалин. Обнаружен в мякоти вишен, рябин, ароний, лавровишен. Нормализует деятельность сердца, дыхательного центра, состояние нервной системы.

Берберин. Отмечен в плодах барбарисов. Имеет желчегонное и противоопухолевое действие, предупреждает образование камней печени, холецистит.

Кимарины и оксикумарины содержатся в ирге, красной и белой смородине, малине черноплодной, вишне песчаной, крыжовнике, гранатах, инжире. Сильное противосвертывающее действие; предупреждает образование тромбов, закупорок и разрывов сосудов, внутренних кровоизлияний в коре головного мозга, сердечной мышце.

Фурукумарины. Цитрусовые, инжир. Противоопухолевое действие.

Тритерпеновые кислоты. Боярышники крупноплодные садовые и дикорастущие, рябины садовые, малины сладкоплодные, некоторые облепихи. Предупреждает аритмии, боли в сердце, нарушения коронарного кровообращения, гипотонию.

Сапонины — в ирге, красной смородине, жимолости съедобной, боярышниках, грушах мелкоплодных. Противовоспалительное действие, предупреждает склероз сосудов.

Вета-ситосперин. Провитамин, в организме человека

(Окончание на 7-й стр.)

Вас мучает боль? Или одолел недуг? Конечно, в остром случае поможет высокоэффективное лекарство. Но как сделать, чтобы боль не вернулась, чтобы недуг отпустил. Самое время вспомнить о традиционных народных средствах, многие века помогавших нашим предкам. Материал сегодняшнего номера подготовлен по письмам наших читателей, точнее он включает ответы на вопросы, содержащиеся в редакционной почте.

СТАРЫЕ КНИГИ

«Как вывести подошвенную бородавку?»

Оксана В. Макеевка

Подошвенные бородавки вообще сводятся по методу Самюэля Джарвиса. Он заключается в многократном прижигании бородавок яблочным уксусом (но только не эссенцией). Яблочный уксус легко купить в магазине. Но нужно обратить внимание, чтобы изготовлен он был из целебных яблок, а не яблочных отходов. Помогает бальзам Маурера с серой этикеткой (!). Его можно принимать по столовой ложке три раза в день. После 2 недель регулярного приема в стопе (или в районе бородавки) вообще появляется зуд, кожа вокруг нее краснеет, и бородавка засыхает. Метод совершенно безболезненный.

«Расскажите как в народе лечат хламидиоз?»

Татьяна Мариуполь

Вопрос довольно интимный. Вообще-то против этого заболевания в народе применяют (пьют) отвар майского березового листа. Но сейчас в аптеках масса хоть и дорогих, но весьма эффективных препаратов. Но лечить хламидийную инфекцию надо под контролем врача, поскольку часто она сочетается с другими видами генитальных инфекций. Только не забывайте, что партнера тоже надо лечить, заболевание передается половым путем. Словом, не следует забывать об источнике заболевания.

«Что делать, если под золотом на пальцах образуются темные пятна?»

Ирина г. Донецк

Потемнение кожи под золотом на пальцах (если это золото настоящее, а не подделка) — один из самых серьезных показателей снижения гемоглобина. Необходимо провериться у

гематолога. Очень часто это явление имеет место вследствие мощного энергетического воздействия на поле человека. Как правило, это очень сильный сглаз или проклятие. После его снятия все восстановится, и пятна перестанут появляться.

«Сильно потеют ноги. Что делать?»

Сергей г. Донецк

Наверное, вы едите много мясных продуктов. Спросите любого вегетарианца, и вам подтвердят, что после отказа от мяса и сокращения его употребления, потливость резко исчезает. Потому, идеальный вариант — перейдите на сою, хотя бы частично. Приготовленная со специями и соевым соусом или томатом, она по вкусу не отличается от мяса, но гораздо легче усваивается и более полезна.

Потливость напрямую связана с работой кишечника и печени, а работают они у вас, мягко говоря, неважно, не справляются с выводом вредных и других неусвояемых веществ из мясopодуков. Вам помогут клизмы и йоговская очищающая процедура пракшалана.

«Хотелось бы знать о лечении народными средствами хронического фарингита»

Александр С. Дзержинск

Вам неплохо бы провести 2-3 месячный курс фитотерапии. Полоскания:

1. Листья березы, кора белой ивы, листья подорожника, цветки ромашки — поровну. 6 г сбора залить 300 мл кипятка, кипятить 5 мин, настаивать в тепле 1 час, процедить. Полоскать горло 3 раза в день, используя на одно полоскание 100 мл теплого настоя.

ОТВЕЧАЕМ НА ПИСЬМА

2. Трава зверобоя, листья мать-и-мачехи, трава шалфея, листья эвкалипта — поровну. Готовить так же.

3. Кора дуба, цветки клевера лугового, цветки пижмы, трава череды — поровну. Готовить так же.

4. Трава душицы, хвоя ели, исландский мох, почки тополя — поровну. Готовить так же.

5. Если нет гипертонии принимать внутрь напар: на кружку чая —

по 1-2 столовых ложки. Его хорошо принимать в качестве мази при радикулите, миозите, межреберной невралгии.

При остеохондрозе, желудочно-кишечных заболеваниях, болезнях печени, сухости кожи, ломкости ногтей, выпадении волос, склонности к простуде очень полезен морковный сок. Выпивайте треть стакана за 30-40 минут до еды, и вы вскоре ощутите

С О В Е Т У Ю Т

чайная ложка зверобоя, четверть ложки шалфея, 1/5 цветков ромашки (не забудьте обычную заварку).

Во время полоскания предпочтительно менять фитосборы 1 раз в полмесяца.

«Подскажите средство от мигрени, безопасное для желудочно-кишечного тракта»

*Иван Александрович
г. Белозерское*

Очень сильные приступы мигрени можно снимать с помощью лимона — кусочком его натерев лоб и виски несколько раз с небольшими перерывами.

«Расскажите о наиболее распространенных овощных соках. Каково их действие на организм? Что ими лечат?»

Борис Н. Донецк

Еще в средние века одним из самых целебных считался сок капусты — самой обыкновенной. Если принимать его по полстакана за 15-20 минут до еды, то он поможет при язвенной болезни и гастрите с пониженной кислотностью, при ожирении и атеросклерозе.

Если у вас гастрит или язва с повышенной кислотностью желудочного сока или просто болит голова, выпейте за 40 минут до еды полстакана сока картофеля. Его же клубни, только печеные, помогают при сердечно-сосудистых заболеваниях и нарушении обмена веществ.

Сок редьки полезен при заболеваниях печени, нарушениях сердечного ритма. Принимают его перед едой

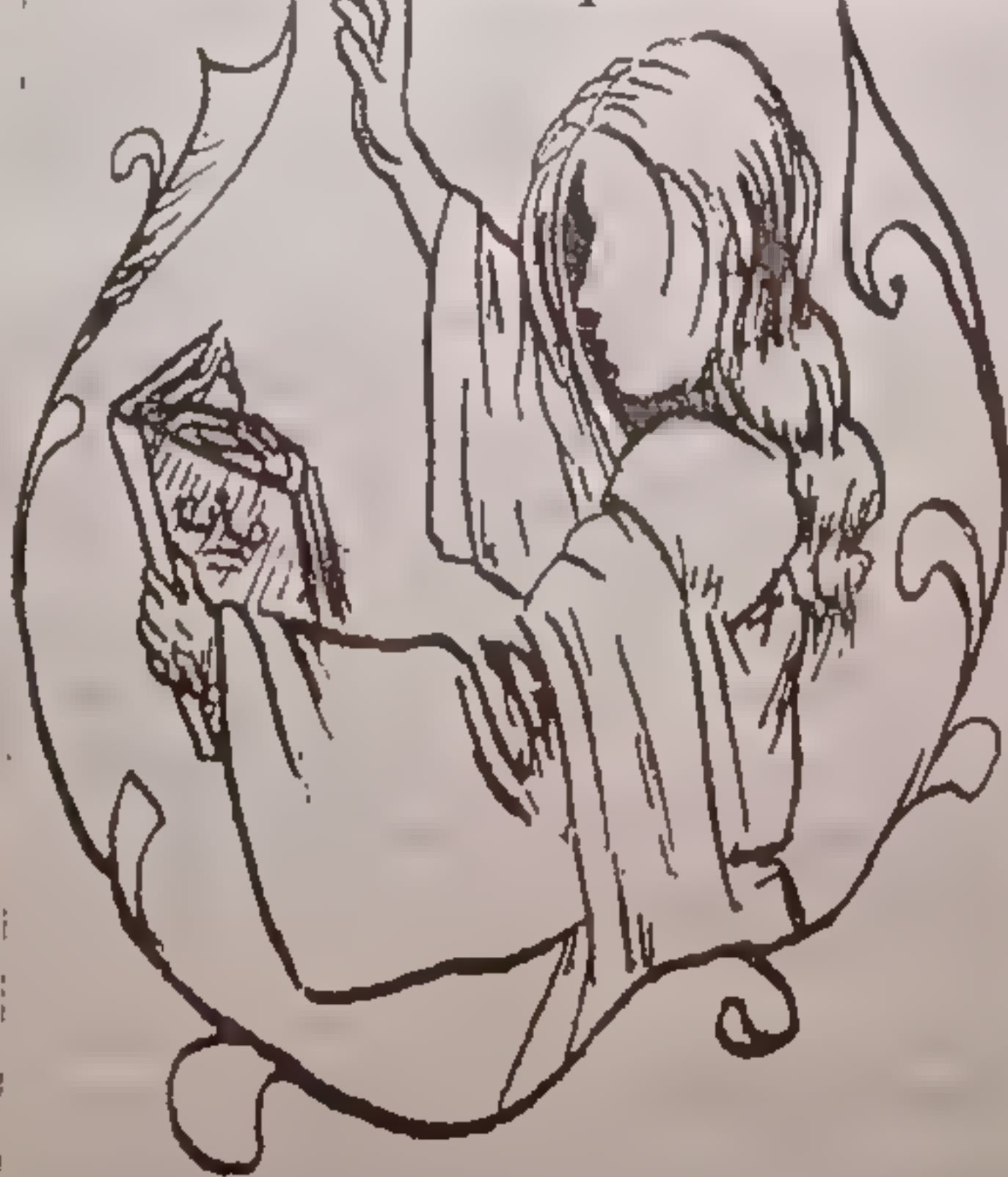
улучшение самочувствия. Очень полезен этот сок женщинам кормящим детей грудью — улучшается качество материнского молока.

«Ребенок страдает экссудативным диатезом. Как его лечить?»

Тамара. г. Дебальцево

Подскажу замечательное природное лекарство. Свежие куриные яйца надо сварить вкрутую, снять скорлупу, удалить выстилающую пленку. Затем скорлупу высушить в темном прохладном месте и в кофемолке довести до состояния пудры. Ребенку от 6 месяцев до года дают пудру на кончике ножа, от года до двух — в два раза больше. К 5-7 годам — половину скорлупы яйца, старше 14 лет — скорлупа целого. Перед тем как дать малышу порошок, в него следует выдавить несколько капель лимонного сока. Содержащиеся в скорлупе соли кальция переходят в форму, хорошо усваиваемую организмом.

*Старые книги листал
Валерий ВЕСЕЛОВ*



ЗАЩИТНЫЕ ВЕЩЕСТВА В ПЛОДАХ И ЯГОДАХ

*(Продолжение.
Начало на 6-й стр.)*

переходит в витамин D. Сильное противосклеротическое действие на стенки кровеносных сосудов. Содержится в грецком орехе, малине.

Схизандрин — в плодах лимонника. Оказывают сильное действие на центральную нервную систему, снимают усталость, повышают работоспособность, выносливость, кровяное давление у гипотоников.

Холин — в шиповнике, облепихе, лещине. Предупреждает кровоизлияния в почках, ожирение печени, повышает кровяное давление и другие нарушения нормального состояния организма.

Бетаин — в плодах ирги, облепихи, жимолости сладкоплодной. Оказывает противоязвенное действие.

Серотонин — в облепихе, крыжовнике, рябине, инжире. Противопухоловое действие препарата. Плоды клинически не проверены.

Хлорогеновая кислота — в барбарисах, грушах, айве, некоторых яблоках. Предупреждает ряд заболеваний почек и печени, укрепляет капилляры.

Салициловая кислота — в малине и вишне. Известное жаропонижающее и бактерицидное действие.

Витамин B₆ — в жимолости съедобной, малине садовой, сливе, боярышнике, гранате. Оказывает разнообразное профилактическое действие, предупреждает нервные заболевания.

Витамин B₉ — фолиевая кислота. В малине, вишне, землянике. Оказывает кроветворное действие, предупреждает и лечит малокровие, предупреждает некоторые формы белокровия.

(Окончание на 9-й стр.)

Истина любит действовать открыто

ПЧЕЛЫ И ЭНУРЕЗ

В свое время сын до 10-ти лет страдал ночным недержанием мочи. А избавили его от этого «явления» ... пчелы. На тот момент мы были в отпуске у мамы на Волге, а мама моя прослышала о лечении пчелами самых разных хворей. Вот и отправились мы «за здоровьем» к деду-пасечнику в надежде поправить самочувствие (у меня, например, были частые и сильные головные боли). Пациентов у «хозяина пчел» было довольно много. Когда подошла наша очередь, и мы рассказали о своих проблемах, лекарь сказал: «Вам, дамочка, вряд ли помогу, а вот сыночку – смогу».

Первую пчелу он «посадил» ребенку на живот, чуть пониже пупка. «А дальше, - сказал пасечник, - будете делать сами». На следующий день мы поймали на цветах две пчелы и с помощью пинцета посадили их по краям от места, где была первая «прививка». Всего же дед велел «воспользоваться услугами» пяти пчелок. Но сынишка так визжал от страха. Мне было его безмерно жаль, и продолжить-завершить лечение уже просто не было ни сил, ни желания.

Но даже то, что мы успели сделать, сыграло свою положительную роль: через какое-то время наши «ночные проблемы» исчезли. Вот так нам помогли пчелы.

П. Головкин г. Курск



Я – пчеловод с 50-летним стажем, участник ВОВ. Имею добротную пасеку. Ис 1962 года методами нетрадиционного лечения помогаю больным выздоравливать. Лечу пчелами, подморой, пыльцой, маточным молочком. Имею лицензию. Хочу рассказать об использовании пчелиного подмора, ибо многие не верят в его целебные свойства. Совсем недавно ученые доказали, что он представляет собой определенную ценность благодаря веществам, содержащимся в хитиновом покрове пчел.

Это погибшие пчелы

- ТАК ГОВОРЯТ О ПЧЕЛИНОМ ПОДМОРЕ

Обычно он бывает 3-х видов: зимний (когда пчелы вылетают из ульев во время зимовки), весенний (когда по весне собирают возле ульев трупики пчел) и оставшийся после лечения пчелоужаливанием.

В хитиновом покрове пчел ученые нашли такие ценные химические вещества, как гепарин и гепароиды. Они способны подавлять воспалительные процессы, нормализовать кровяное давление, оказывать целебное действие на систему крови, состояние сосудов.

Существует сложный процесс получения гепарина из хитинового покрова пчел. Это достаточно дорогостоящая процедура, поэтому и медикамент получается достаточно дорогой. Хотя сами тельца погибших пчел использовать достаточно легко и дешево. С каждого улья весной пчеловоды выметают до 500 г погибших пчел. Апитерапия давно уже считает пчелиный подмор мощным лекарственным средством, достаточно апробированным и в XIX, и в XX веках.

Обычно пчелиный подмор используют в виде 10%-ного спиртового экстракта, распара, линимента и просто в виде жареных пчел и расплода.

10%-ный спиртовой экстракт пчелиного подмора применяют для стабилизации кровяного давления, при заболеваниях почек, сосудов головного мозга.

Доктор-апитерапевт А. В. Печеневский рекомендует спиртовую настойку из живых пчел для лечения аденомы предстательной железы. Ее надо разбавлять водой или добавлять в настой лекарственных трав.

Водный настой пчел для лечения аденомы предстательной железы принимают 1-1,5 месяца наряду с другими лечебными мероприятиями (травы, массаж и физиопроцедуры).

Распар пчелиного подмора обычно накладывают на очаг воспаления при мастите, панариции, варикозном расширении вен. Распар подмора — это распаренные в горячей воде тела погибших пчел.

Линимент из пчелиного подмора помогает при суставных болях, тромбофлебите.

Жареные тела пчел полезны при лечении близорукости, а также при воспалении вен, тромбофлебите.

Сведения об употреблении трутневого и пчелиного расплода в пищу встречаются в литературе с давних времен. Многие пчеловоды едят сырых пчелиных и трутневых личинок, некоторые предпочитают их в жареном виде. Питательная ценность такого блюда достаточно высока. По содержанию белка пчелиный и трутневый расплоды приближаются к мясу, немного превосходят яичный желток и почти в 5 раз превосходят молоко. По содержанию жира — равны мясу и молоку. В расплоде также содержится чрезвычайно много витаминов А и Д. Всем известно, что витамином Д очень богат рыбий жир. Но даже и он в десятки раз уступает в этом расплоду.

Не секрет, что трутневый расплод употреблял в пищу профессор Г. А. Кожевников. Трутневых личинок используют в питании японцы. Они их варят, расфасовывают в стеклянную и металлическую тару и продают в магазинах.

Действие пчелиного подмора и живых пчел я проверял на себе и своих близких. Результат неоспоримый: в свои 82 года я пишу и читаю без очков, вожу автомобиль, совершенно не пользуюсь таблетками, работаю, веду пчелохозяйство. Летом 1-1,5 месяца лечусь трутневым расплодом. Попробуйте и вы. Не пожалеете.

Василий КОЗЯР.

НОРИЧНИК УЗЛОВАТЫЙ

ПРОТИВ ОПУХОЛИ

Хочу рассказать немного о норичнике узловатом (*Scrophularia nodosa* L.), так как о нем очень редко пишут. Но заслуживает он большого внимания.

В народе норичник называют зобной травой, грыжной травой, горлянкой.

Это многолетнее растение встречается довольно редко. Стебель четырехгранный, корневища шишковидно-вздутые, листья супротивные, продолговато-яйцевидные, острые. Цветки мелкие, неправильные, вишнево-бурого цвета, собраны в продолговатую метелку. Высота растения до 1 м. Растет норичник по берегам рек и ручьев, на лугах.

Для лечебных целей применяют корневища и траву. Траву заготавливают в мае-августе, корневища — поздней осенью.

В народной медицине настой применяют внутрь и как наружное средство в виде обмываний, припарок, компрессов при зобе, наружных опухолях, геморрое, золотухе, зудящих сыпях, язвах, ранах, нарывах и для полосканий при ангинах. Водный настой но-

ричника обладает мочегонным, противовоспалительным, противомикробным, противоглистным действиями.

Припарки из листьев размягчают воспалительные инфильтраты и ускоряют созревание нарывов. Мелко измельченные свежие листья и порошок из сухих листьев уменьшают боль, очищают раны от гноя и способствуют более быстрому их заживлению.

В китайской медицине корневища норичника использовали при импотенции. Их считали тонизирующим и общеукрепляющим средством типа женьшеня, усиливающим сперматогенез, обостряющим зрение.

Применяют норичник и для лечения злокачественных опухолей внутренних органов в виде настоя и спиртовой настойки. Для настоя 2 г измельченных корневищ заливают 200 г кипятка, нагревают на водяной бане 15 мин, охлаждают.

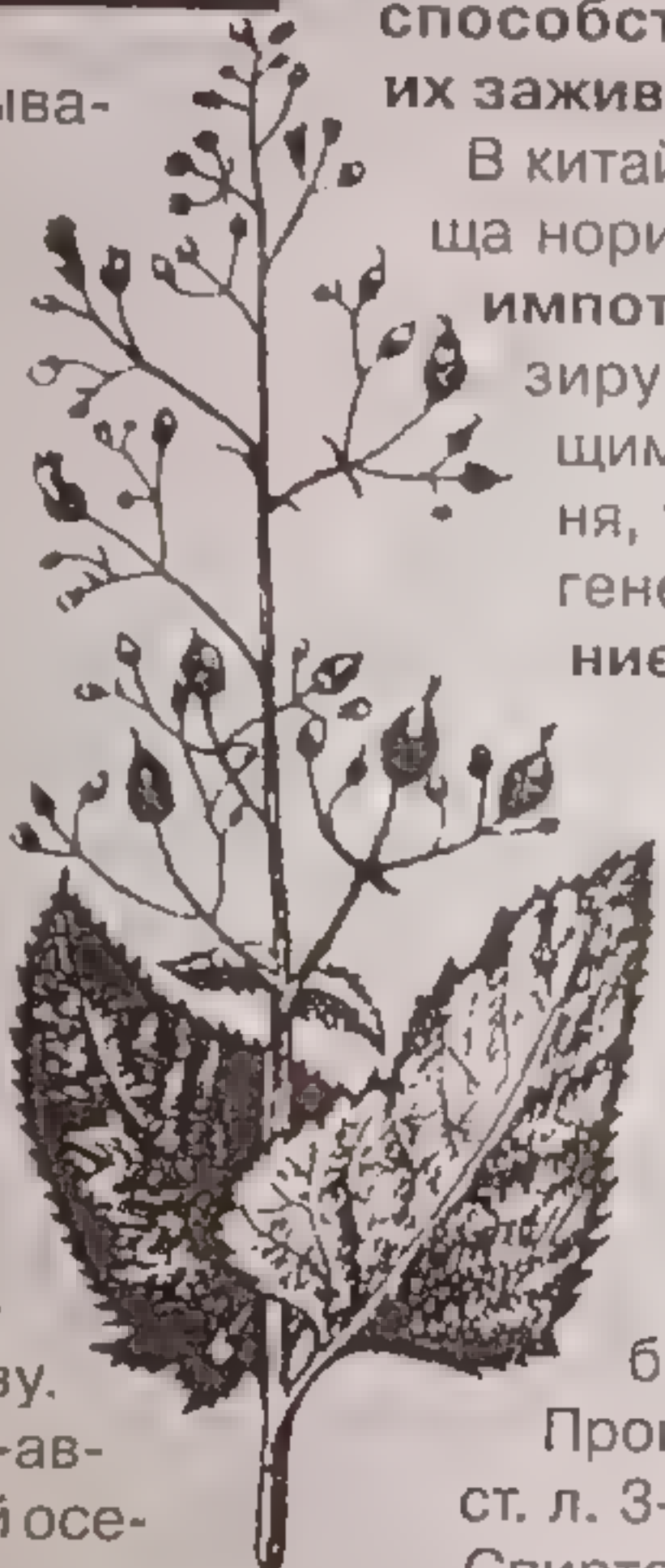
Процеживают и пьют по 1-2 ст. л. 3-4 раза в день.

Спиртовая настойка: 30 г корня заливают бутылкой водки, настаивают 10 дней. Пьют, начиная с 10-ти капель, увеличивая дозировку до 1 ч. л., 3 раза в день. Настойку используют также при липомах, малярии, отите и суставном артрите.

При лечении норичником нужно строго соблюдать дозировку. Растение ядовито.

Уже несколько лет я выращиваю норичник на своем садовом участке. Он хорошо размножается семенами. Семена высеваю ранней весной на глубину 1 см и присыпаю мелким перегноем. Норичник любит рыхлые почвы, богатые перегноем. Уход за растением обычный: прополки, рыхление, полив, подвязка.

Смоленская обл.,
Шумам Виктор Валентинович.



ЗАЩИТНЫЕ ВЕЩЕСТВА В ПЛОДАХ И ЯГОДАХ

(Окончание.
Начало на 6, 7-й стр.).

Витамин Е (этекоферол)

— в облепихе, рябине, шиповнике. Противосклеротическое действие, улучшает тонус мышц (предупреждает их дистрофию), нормализует половую деятельность, а также защитные действия организма.

Витамин К₁ - (фитохинол)

— в рябине, черной смородине, винограде, некоторых яблоках. Нормализует свертываемость крови.

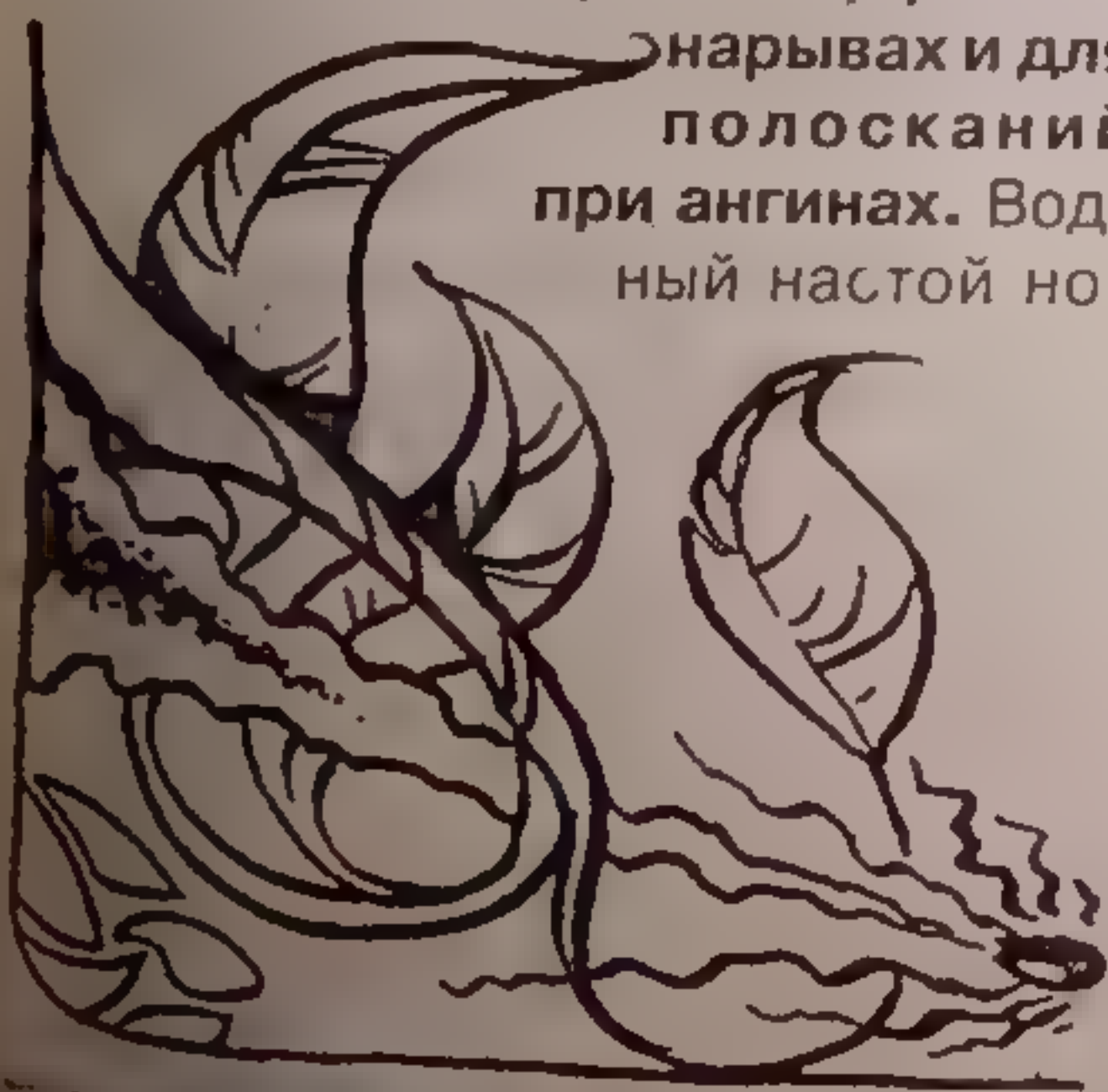
Витамин Р — в аронии, садовых рябинах, вишне, некоторых яблоках. Оказывает противогипертензивное и противосклеротическое действие, нормализует проницаемость кровеносных сосудов.

Каротин. В организме переходит в витамин А. Накапливается в шиповнике, облепихе, рябине, абрикосах, хурме, в яблоках некоторых сортов. Предупреждает А-гиповитаминоз, активизирует лейкоциты для борьбы с болезнетворными бактериями, предупреждает инфекции, особенно легочные.

Витамин В₂ - (рибофлавин).

В сливе, алыче, абрикосе. Разнообразное профилактическое действие, например, нормализует состояние нервной системы человека, предупреждает неврозы, неврастения.

Витамин С - (аскорбиновая кислота). Универсальное распространение в разных фруктах. Больше всего накапливается в шиповнике, некоторых сортах черной смородины, жимолости съедобной, землянике, облепихе, нормализует проницаемость и эластичность стенок кровеносных сосудов (совместно с витамином Р), предупреждает склероз сосудов, простудные заболевания (грипп, воспаление легких), цингу.



Всякого человека должно судить по его делам

НОС БЕЗ ГАЙМОРИТА – НОВЫЙ НОС

Во-первых, низкий поклон всем читателям, которые делятся своими рецептами. Во-вторых, не хочу и я остаться в стороне от этого благородного дела. Тем более, что есть повод. Совсем недавно перенесла сильный гайморит. Надеюсь, мой опыт кому-то будет полезен.

Лечение состояло из активного прогревания гайморовых пазух и одновременного закладывания в нос мази. Приготовить последнюю легко и просто. Взять по 1 ст. л. тертого на крупной терке хозяйственного мыла, репчатого лука (его потереть на мелкой терке), молока и спирта. Соединить мыло и лук, а затем добавить молоко и спирт. Поставить смесь на водяную баню и прогреть 20 мин. Дать мази остыть, и тем временем сварить густую пшеничную кашу.

Намазать ватные фитильки мазью и затолкать их в нос как можно дальше. Одновременно следует пустить в дело кашу. Выложить ее на льняную тряпочку и приложить на область гайморовых пазух и лба. Когда мазь начнет в носу работать, то это будет сопровождаться чиханием и очищением носа, поэтому процедуру лучше всего проводить стоя над умывальником.

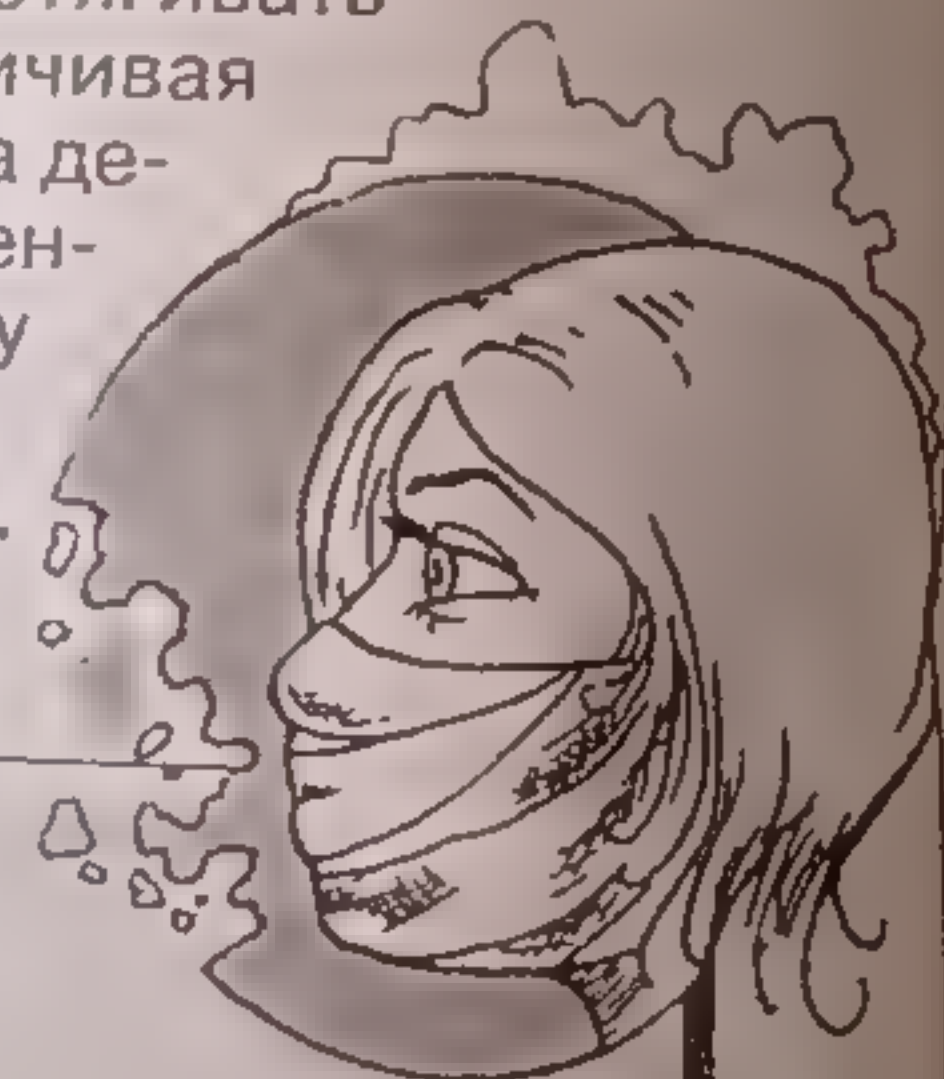
Когда каша остынет, надо очистить нос, подогреть кашу, добавив в нее немного воды, и повторить процедуру еще 2-3 раза. Я делала это на ночь,

после очищения носа закапывала в каждую ноздрю по 1 капле камфорного масла. Но закапывать надо так, чтобы эти целительные капли попали именно в гайморовы пазухи (когда капаете в левую ноздрю, голову повернуть к левому плечу, в правую — к правому).

Как долго лечиться, вам «подскажет» ваше самочувствие. Я, например, в первый день сделала 4 очищающих прогревания подряд, а на другой — три. Под конец выделений практически уже не было. Так и вылечилась. Много кому я советовала очень эффективный способ избавления от ячменя и конъюнктивита. Всего-то и нужно, что потереть глаза любым туалетным мылом, чтобы его пена «зашла» в глаза и зашипала. И ячмень, и конъюнктивит не могут устоять перед этим лечением. Достаточно сделать два промывания, чтобы они утихли.

И еще, совет будущим мамам, которые не хотят во время кормления ребенка грудью иметь проблем с сосками. К этому нужно начинать готовиться заранее, еще в период беременности. Каждый раз, как только принимаете душ, надо делать контрастные обливания и растягивать соски, с каждым разом увеличивая длительность процедур. Я сама делала так во время двух беременностей. Как результат — соски у меня ни разу не трескались.

Оксана Литвина, г. Гродно.



ОТ ГАЙМОРИТНЫХ СТРАДАНИЙ

Регулярно читаю вашу газету, но такого рецепта лечения гайморита не встречала.

Нужно купить в аптеке анестезин в таблетках. 1 таблетку растолочь в порошок и смешать его с 1 ч. л. натурального меда (лучше майского). На ночь перед сном заложить этот состав стеклянной лопаткой в обе ноздри (дышать ртом). Поначалу будет жечь в носу, ощущаться боль, отчего потекут слезы. Но уже через 10-15 мин боль утихнет и можно будет дышать носом. А вот высмаркиваться нельзя, нужно, чтобы лекарство находилось в носу до утра. Спать при этом лучше без подушки, чтобы мед не вытек. И такая деталь лечения: этой же смесью нужно смазать нос и область гайморовых пазух снаружи.

Процедуры следует повторять 10 дней подряд. В первые 3-4 дня возможно ухудшение, т.е. будут активно выделяться гной и слизь. Но постепенно все «нечистоты» отойдут, и гайморит полностью сдаст позиции. Еще лучший эффект будет тогда, если перед процедурой погреть руки (по локоть) в горячей воде в течение 20 мин. Затем смыть пот, умыться. Налить 1 ст. горячего чая с малиной, добавив туда 2 ч. л. яблочного уксуса. Выпить и после этого заложить в нос мед с анестезином.

Вера КУРЬЯНОВИЧ, г. Саратов.

АРТРИТЫ И РЕВМАТИЗМ

«Давно выписываю вашу газету. Особенно люблю рубрику «Обратная связь». Как это великолепно, когда люди, излечившись сами, стремятся поделиться знаниями с другими. Ранее в газеты я не писала, но недавно с помощью старинных рецептов, которые в нашей семье известны всякому, почти совсем излечилась от боли в суставах. Если можно, напечатайте несколько этих рецептов. Я буду очень рада, если они кому-то помогут».

Анастасия КОРАБЛЕВА Донецкая обл.

ОТВАР ЛИСТЬЕВ БРУСНИКИ С МЕДОМ И НАРУШЕНИЯ СОЛЕВОГО ОБМЕНА

Взять 3 ст. ложки сухих измельченных листьев брусники, залить 0,5 л кипяченой воды, кипятить 10-15 мин на слабом огне, настоять 1-1,5 ч, процедить, добавить 2 ст. ложки пчелиного меда, размешать до полного его растворения и пить по 1 стакану 3 раза в день при подагре, ревматизме и камнях в почках.

ОТВАР СТВОРОК ФАСОЛИ, РЕВМАТИЗМ И НАРУШЕНИЯ СОЛЕВОГО ОБМЕНА

Приготовить отвар створок фасоли в соотношении 1:10 и пить его по 1/2 стакана 3 раза в день за полчаса до еды при ревматоидных артритах и нарушениях солевого обмена (подагре, камнях в почках).

ПРИПАРКИ ИЗ ЦВЕТКОВ ЛИПЫ ПРИ ГОЛОВНЫХ БОЛЯХ

Распаренную кашицеобразную горячую массу из цветков липы выложить на чистую ткань и приложить к больному месту при подагрических и ревматических болях в суставах (в этих случаях можно использовать и свежие растолченные листья и почки липы), при головных болях и т.п.

МОЖЖЕВЕЛЬНИК И ЗАБОЛЕВАНИЯ СУСТАВОВ

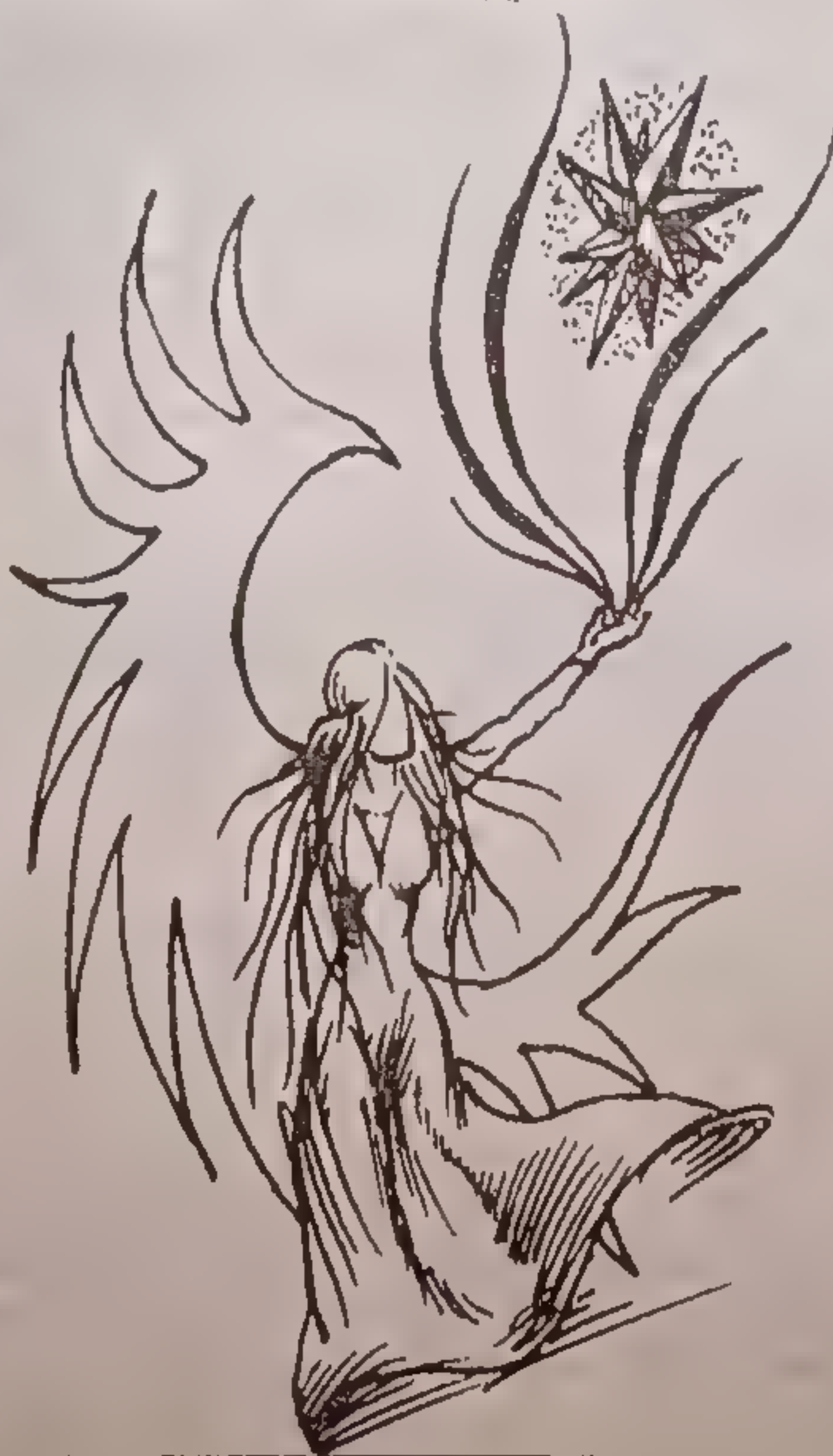
Приготовить отвар из измельченных ягод можжевельника обыкновенного в соотношении 1:20 и пить его по 1 ст. ложке 3-4 раза в день при подагре, суставном ревматизме и артритах (выводит избыток минеральных солей,

нормализует процессы обмена, улучшает состав крови).

При заболеваниях суставов, а также заболеваниях кожи (кожных сыпях, чесотке) можно использовать и ванны из ягод и хвои можжевельника (готовят отвар из расчета 50 г ягод и веточек на ведро кипятка).

НАСТОЙ ИЗ ЛИСТЬЕВ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ И ЗАБОЛЕВАНИЯ СУСТАВОВ

3 ст. ложки сухих измельченных листьев черной смородины залить в термосе 0,5 л крутого кипятка, настоять полчаса - час, процедить и пить по 1/2 стакана 3-4 раза в день за полчаса до еды при подагре, ревматизме и остеохондрозе.



ЛИСТЬЯ ЛОПУХА И АРТРИТЫ

Свежие листья лопуха приложить обратной стороной к воспаленным суставам при артритах (сухие листья - обварить кипятком), положить сверху компрессную бумагу (клеенку), слой ваты и закрепить повязкой. Подобные аппликации помогают и при радикулите.

НАСТОЙКА ЛОПУХА И АРТРИТЫ

Взять 20 г измельченных корней лопуха, залить 100 мл 70%-ного спирта, настоять в темном месте 10-12 дней, периодически встряхивая, процедить и использовать для втираний при артритах и радикулитах.

ОТВАР ЛИСТЬЕВ БРУСНИКИ И АРТРИТ

2 столовые ложки сухих измельченных листьев брусники залить в кастрюле 0,5 л кипятка, кипятить 10-15 мин, настоять полчаса - час, процедить и пить по 1/2 стакана 3-4 раза в день при артритах, подагре, отложении солей, остеохондрозе и т. п.

СТАРИННОЕ СРЕДСТВО ОТ ПОДАГРЫ, РЕВМАТИЗМА И РАДИКУЛИТА

Взять 25 г сухой измельченной коры барбариса (или такое же количество его корня), залить 100 мл спирта, выдержать 10-12 дней в темном месте, периодически встряхивая, процедить и пить по 30 капель 3 раза в день при отложении солей, подагре, ревматизме и радикулите.

АРТРИТ И ПОДАГРА

Приготовить следующий сбор:

Ива белая, кора 25,0. Петрушка кудрявая, корень 25,0. Бузина черная, цветки 25,0. Крапива двудомная, листья 25,0.

2 ст. ложки сухого измельченного сбора залить в эмалированной кастрюле 0,5 л кипятка, варить 5-7 мин на слабом огне, настоять 1-2 часа, процедить и пить по 2/3 стакана 3 раза в день за полчаса до еды при артритах различного происхождения, подагре.

Народные рецепты

Из глубины веков

При **РЕВМАТИЧЕСКИХ БОЛЯХ** помогут листья ольхи, если перед сном натереть ими больные места и несколько дней спать на подстилке из них.

Если вас мучают **МИГРЕНЬ. ГОЛОВНЫЕ БОЛИ. РАЗДРАЖИТЕЛЬНОСТЬ** и т.п. немедленно прекратите пользоваться пластмассовыми расческами. Несколько раз в день причесывайтесь костяными или деревянными гребешками. Пластмассовые гребни, как в любая синтетика (т.е. все, что связано с электризацией волос) вносят информационную путаницу в командную систему головного мозга. Это можно сравнить с действием на электронно-вычислительные машины широко известного сегодня «электронного вируса».

Для убедительности хочу привести пример максимального сохранения так называемых «паранормальных» (а на самом деле - утерянных цивилизованным человеком) возможностей у народов, не использующих синтетические материалы. Даже современные цыгане, использующие только костяные гребни, в большинстве своем, обладают способностями к гипнозу, ясновидению и пр., значительно превышающими способности среднего цивилизованного человека.

«ЗАГОВОРЕННАЯ НИТЬ»

Красная шерстяная нитка, повязанная вокруг запястья, улучшает кровообращение, ускоряет заживление ран и порезов на руке, помогает при растяжении сухожилий.

БОЛЬНОЙ ВЫЗДОРОВЕЕТ ГОРАЗДО БЫСТРЕЕ, если у него в изголовье постоянно будут лежать на блюде свежие дольки разрезанного чеснока.

(Окончание на 13-й)

О том, что скипидар может сослужить большую службу для здоровья, люди знали давным-давно. Археологи нашли глиняные таблички с рецептами шумеров, составленные 5 тысяч лет назад. Здесь значатся и горячие процедуры с применением высушенной хвои сосны, в состав которой входит скипидар.

Скипидарные ванны

Скипидаром, который, как известно, получают из сосновой смолы, пользовались в лечебных целях не только шумеры, но и древние египтяне, греки, римляне. Они знали, что это вещество обладает не только возбуждающим, как мы говорим — стимулирующим, свойством, но и обеззараживающим. Ткань, в которую был обернут египетский фараон, пролежавший в гробнице 4000 лет, была пропитана смолой. Как убедились нынешние исследователи, эта смоляная пропитка не утратила и поныне свойства уничтожать микробы.

Скипидар прекрасно растворяется

А также легко проникает через поверхностный слой кожи, достигая нервных окончаний и воздействуя на них. Скипидарные ванны бывают двух родов — из желтой и белой эмульсии. Эти ванны прекрасно воздействуют на капиллярную и лимфатическую системы, увеличивая жизненную энергию каждой отдельной клетки и всего организма в целом.

Ванны с желтой скипидарной эмульсией улучшают обмен веществ в организме, помогают растворению отложения солей в суставах, сухожилиях, на стенках сосудов.

Как приготовить такие ванны? 300 граммов касторового масла влить в эмалированную кастрюлю емкостью 2—3 литра и поставить в другую с водой, сделав так называемую водяную баню. Когда вода в водяной бане закипит, влить в эмалированную кастрюлю 40 граммов натриевой щелочи (едкий натр), растворенный в поллитра воды. Стеклопалочкой помешать до образования густой кашицеобразной массы. Затем влить

туда же 225 граммов олеиновой кислоты и вновь — не менее 30 минут — размешивать до образования жидкой прозрачной массы желтого цвета. Погасить огонь и влить в кастрюлю 750 граммов живичного скипидара высшего качества. Разлить эмульсию по бутылкам с плотно притертыми пробками.

Для процедуры в ванну с горячей водой выливают определенную дозу эмульсии. Вот как выглядит схема сеансов. Первый — 40 граммов эмульсии, температура в ванне 38 градусов; второй — соответственно 45 и 38; третий — 50 и 38,5; четвертый —

55 и 38,5; пятый — 60 и 39. Последующие ванны делаются так, как указано для пятого сеанса. Время 1-го и 2-го сеансов — по 12 минут, 3, 4 и 5-го — по 15. Всего надо сделать 12 ванн. Сеансы проводятся через день.

Теперь о ваннах с белой скипидарной эмульсией, которые называют гимнастикой сосудов. Эти ванны превосходно стимулируют капилляры, действуют оздоравливающе.

Как их готовить? Растворить 3 грамма салициловой кислоты в 250 граммах кипяченой воды. Высыпать туда мелко настрганное на терке детское мыло (20 граммов). Все это размешать стеклянной палочкой, нагревая эмалированную кастрюлю на слабом огне. Влить 250 граммов живичного скипидара высшего качества и, снова тщательно размешав, влить в бутылку с широким горлом и тщательно закрыть.

Схема сеансов. Первый — 25 граммов эмульсии, температура — 27 гра-



ИЗ ГЛУБИНЫ ВЕКОВ

дусов; второй — соответственно 30 и 37,5; третий — 35 и 39; четвертый — 35 и 38,5; пятый — 40 и 39; шестой — 45 и 39; седьмой — 50 и 39; восьмой — 55 и 39; девятый — 60 и 39; десятый — 65 и 39; одиннадцатый — 70 и 39; двенадцатый — 75 и 39.

Эмульсию, предварительно взболтав, следует вливать в ванну до наполнения ее водой. Время первого сеанса — 12 минут, все последующие — по 15. Ванны принимают дважды в неделю. Не следует погружать в воду область сердца. За полчаса до сеанса принять таблетку бромкамфоры.

ИЛИ «СЕКРЕТ» ЗАЛМАНОВА

Сродни японской бане

Это, так называемая, гипертермическая ванна. Ложатся в ванну при температуре 37 градусов. Постепенно в течение 12—15 минут температура воды повышается до 41—42 градусов, после чего остаются в ванне еще 4—5 минут. Выйдя из ванны, заворачиваются в простыню, а затем в 2—3 шерстяных одеяла и 45 минут потеют, принимая горячее питье. Затем вытираются и ложатся в постель хорошо укрытыми не меньше чем на 2 часа. Это общеукрепляющая процедура, повышающая защитные силы организма. Гипертермические ванны делают через день. Всего 4—5 сеансов.

Разумеется, для применения высокотемпературных ванн необходимы постепенность, разумная осторожность. Здесь то же, как и при посещении русской бани, нужен совет квалифицированного физиотерапевта или спортивного врача.

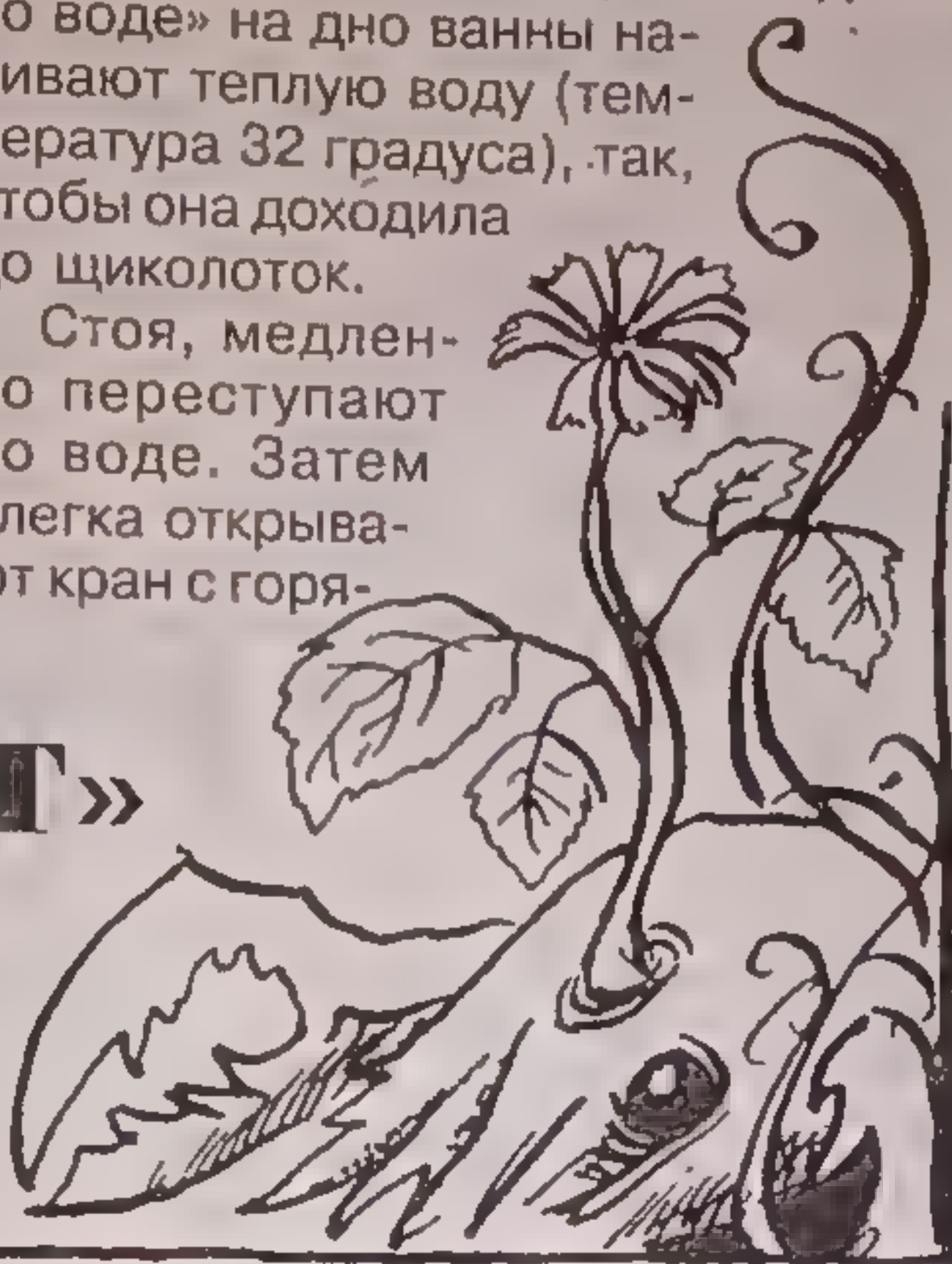
Но есть в арсенале капилляротерапии и совсем простые, доступные, но весьма полезные способы. Опускают руки выше локтей в воду, нагретую до 37 градусов. Через каждые 2 минуты температуру воды повышают на 1 градус. Постепенно доводят до 43 градусов. И тогда держат руки в горячей воде 10 минут. Такая ванна уменьшает застой крови в области головы, помогает избавиться от насморка и ангины.

По такому же принципу делают ванны для ног. Кстати сказать, это прекрасное подготовительное средство для тех, кто намеревается ходить в баню, но еще не обрел при-

вычки к этой сильнодействующей процедуре.

И еще о хождении по воде. Эту простую процедуру рекомендовал русский врач Н. В. Слетов, большой знаток водолечения. Для «хождения по воде» на дно ванны наливают теплую воду (температура 32 градуса), так, чтобы она доходила до щиколоток.

Стоя, медленно переступают по воде. Затем слегка открывают кран с горя-



чей водой и постепенно повышают температуру в ванне, доведя ее до 38—39 градусов. Так 10—15 минут. В следующий раз несколько видоизменить эту процедуру. Начинать с теплой воды и постепенно ее охлаждать.

Весьма полезное закаливающее воздействие. Как известно, на наших стопах больше всего нервных окончаний — тепловых и холодовых точек. Воздействуя на точки стопы, мы взбадриваем, закаляем весь организм.

Летом можно перенести эту процедуру на берег озера, реки или моря. Большое распространение уже получил бег босиком по росе. Не менее полезно бегать и по воде.

С горчицей, сеном и листьями ореха

Эти ванны лучше всего делать перед сном. Чтобы их приготовить, берут 100—150 граммов сухой горчицы и разводят ее в одном литре воды (температура 36—30 градусов). Тщательно перемешайте, пока не ощутите характерный запах горчичного масла. Все это выливают в ванну с горячей водой (температура 36—38 градусов). Процедура длится 10—12 минут. После этого ополаскиваются теплой водой и ложатся в кровать, как следует укрывшись простыней и шерстяными одеялами. Примерно через час, когда сошел пот, вытереться насухо и лечь спать. Горчичные ванны противопоказаны людям с болезнями сердца.

Народные рецепты

Окончание. Начало на 12-й.

Из глубины веков

ОТЕКИ ВЕК И УСТАЛОСТЬ ГЛАЗ можно снять следующим способом. Сложите ладони «лодочкой» и прикройте ими усталые глаза. Представьте, что из центра ладони бьет маленький фонтанчик теплой воды, который оmyвает глазное яблоко. Сохраните это ощущение в течение минуты. Потом на закрытые веки положите ломтики свежих огурцов и полежите так пять минут или промойте глаза отваром из березовых листьев, охлажденным до комнатной температуры.

БЫСТРО ПОХУДЕТЬ на несколько килограммов вы сможете, если на некоторое время полностью откажетесь от употребления соленой пищи. Бессолевая диета будет полезной не только для вашей фигуры, но и для здоровья. Чтобы улучшить эффект, в течение недели ежедневно принимайте по пятнадцать минут контрастный душ, сменяя холодную и теплую воду через каждые 15 сек. При этом мысленно представляйте свою фигуру в том варианте, который вам желателен.

ГОЛОВНАЯ БОЛЬ пройдет или станет значительно слабее, если прижаться лбом к оконному стеклу. Оно нейтрализует электростатический заряд, скопившийся на коже и вызывающий болезненные ощущения. Можно также прибинтовать ко лбу и вискам свежий капустный лист, предварительно скомкав его, чтобы он пустил сок. Этим соком смазать запястья рук и углубления за ушами.

НОЧНЫЕ КОШМАРЫ прогонит осинová ветка. Если вас мучают страшные сновидения, повесьте в изголовье веточку осины с зелеными листьями. Еще несколько листьев скатайте в шарик и, сильно надавливая, очертите им вокруг кровати замкнутый контур. И пусть вас не смущают скептические улыбки окружающих!

Раны совести никогда окончательно не зарубцовываются

В теории гипноз до сих пор рассматривается, в основном, как внушение. Но так ли это? В некоторых случаях явления, происходящие в процессе гипноза, никак невозможно отнести именно к внушению.

ОККУЛЬТИЗМ И ГИПНОТИЧЕСКИЕ ВНУШЕНИЯ

Вспомним старый фильм под названием «Колдунья». В нем был довольно интересный момент, который можно было бы отнести именно к такому роду внушений. По лесу идет человек, а за ним следует молодая ведьмочка. И в тот момент, когда ведьмочка намеренно спотыкается, идущий впереди тоже спотыкается, причем на ровном месте. И делает это уже не намеренно, а непроизвольно, под влиянием той, которая идет сзади. Подобное явление очень трудно объяснить внушением, разве только на телепатическом уровне. Но и телепатия, в свою очередь, считается недостаточно объяснимым явлением – скорее оккультным, чем научным.

По наиболее вразумительному на сегодняшний день определению гипноз есть ничто иное, как частичный сон. Иначе говоря, это сон, протекающий в том состоянии, когда сознание отключается не полностью и человек все же сохраняет над собой какой-то контроль. Само проявление телепатии в состоянии гипнотического транса свидетельствует о том, что и в обычных снах мы постоянно входим в контакты с великим множеством людей, как связанных с нами, так и совершенно посторонних. В состоянии сна мы обмениваемся информацией с этими людьми, подвергаемся их влиянию и сами влияем на них. **Телепатия, с точки зрения оккультизма – явление, постоянно свойственное человеку и достаточно обыденное. На бессознательном уровне мы все владеем этим, и это совсем не сложно. Сложно взять это явление под сознательный контроль и использовать в обыденной жизни, скажем, вместо телефона.** Но в реальности люди постоянно, особенно во сне, на-

ходятся под телепатическим, внушающим влиянием огромной массы людей их окружающих. И именно это влияние, в основном, и формирует их жизнь.

Вернемся к приему, использовавшемуся ведьмой. Аналогичных методов в магии немало, и все они построены на одном принципе, сформулированном йогами так: я есть ты. При использовании таких методов человек

вводит себя как бы в состояние легкого транса. То есть, здесь необходимо отключить внутренний диалог и максимально ослабиться. И затем, в этом состоянии мы как бы вводим свою личность в тело другого человека. Это совсем несложный прием; но требующий все же некоторой подготовки. Необходимо просто понять, как именно это делается, не словами, а именно чувствами. То есть просто пробовать, пока не получится, при этом не напрягая своей воли, которая в данном случае может только помешать.

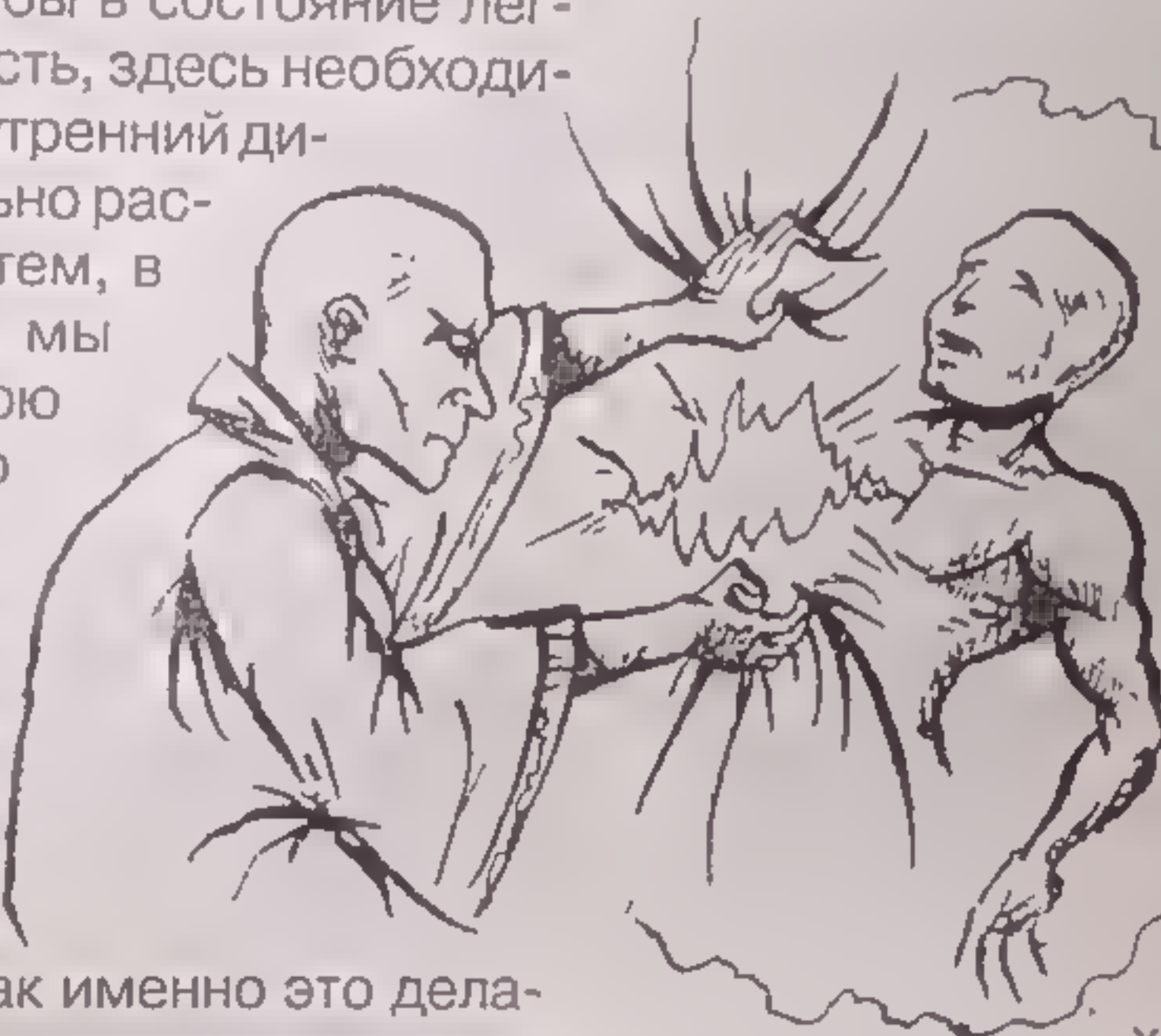
В свое время мне пришлось овладевать различными магическими методиками. Самым простым делом было раскрыть «третий глаз» – он просто раскрылся сам, видимо, отреагировав на мое горячее желание его иметь. Но впоследствии мне удалось найти новые приемы, которые в магии редко применяются. Оказалось, что новые методы дают гораздо лучший эффект при анализе ситуации, чем просто применение третьего глаза. И большинство из них раскрывается одним и тем же путем.

Этот путь, похоже, в чем – то сродни астральному выходу. Так, исследуя пациента, я явственно ощущаю, как некая невидимая часть меня самого выходит из моего тела и внедряется в него. То есть в определенном состоянии человек выделяет, как правило, с выдохом, из себя нечто, свою часть, которая может вторгнуться в другого человека и

анализировать его ощущения. В какой – то степени для пациента это состояние сродни одержимости. Хотя, конечно; с оккультной точки зрения одержимость духом живого – абсурд. И вот, применив подобный прием, я начинаю ощущать то, что чувствует другой человек, и даже лучше, чем он сам. Я прекрасно чувствую, какой орган у него болит, а какой воспален. Более того, воспринимаются даже заболевания, находящиеся в самой начальной стадии развития, о которых еще не знает ни сам человек, ни лечащие его врачи. Медицинскими путями такое заболевание возможно обнаружить только на более позднем этапе развития. **А при оккультной диагностике его возможно лечить уже в этом состоянии, не позволяя развиться в реальную болезнь.**

Собственно, сама работа третьего глаза связана с подобными явлениями. Понятие этого глаза в общем – то достаточно абстрактное.

Просто человек вникает в чужой организм, а мозг выдает картинку происходящего в форме видения. Но на определенном уровне развития в обыденной практике видения уже не нужны, вполне хватает чувственно-



го анализа. А при необходимости можно «сделать себе заказ» и увидеть нужный орган в объемном, прозрачном изображении. При необходимости это изображение можно сознательно увеличить до любых, неограниченных размеров. **И в этом изображении всегда четко проявляется то заболевание, которым страдает данный человек – безошибочно.**

Таким образом, можно считать, что большая часть трансовых методик имеет элементы гипноза и основана на использовании телепатии, выраженной в форме передачи ощущений. Большинство подобных приемов можно освоить, приложив к этому достаточно труда. И главное здесь – не «отработать прием», как это делается в обычном обучении. Необходимо просто уловить и прочувствовать работу метода хотя бы один раз. В следующий раз «пойманная» методика дастся уже легче. Ну а в дальнейшей работе необходимо просто не забывать о расслаблении, и тогда ощущение гигантских перегрузок быстро уйдет.

Доктор МОРО

ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ

31 мая прошел Всемирный день борьбы с курением.

Примечательно то, что знали об этом дне люди "сугубо не курящие".

Курильщики сия дата как-то не коснулась.

Приняв в день яд 10-20 сигарет, они методично разрушают свое здоровье.

Первое знакомство с сигаретой обычно происходит в школе. При этом некоторые ребята думают, что, начав курить, они совершают чуть ли не героический поступок. Распространению курения способствует еще и то, что многие считают его более безвредным, чем употребление алкоголя. Чушь! Действие курения на неокрепший организм подростка крайне отрицательно. Типичная сегодня картина: в табачном ларьке наравне с мужчинами покупают сигареты женщины. Большинство из них – молодые девушки, почти девочки (разве на продажу на табачных и спиртных изделий нет возрастного ограничения?). 28 мая вышел во двор. Здесь часто собираются студенты и ученики близ расположенных техникума и средней школы. Обращаюсь, в основном, к девчонкам с одним вопросом: **"Зачем курите?"**

"Курить модно", – заявляет одна.

"Ребята на некурящих девушек не обращают внимания", – говорит другая.

Третья: "Мы имеем такие же права, как и мужчины".

Некая 16-летняя кроха меня вовсе "добила" фразой: "Бросить уже не могу! Засосало".

Все эти слова – самообман, попытка найти оправдание в собственных глазах.

Курящая машинистка делает больше ошибок и скорее устает, у нее быстрее притупляется внимание.

История курения уходит в средние века. Считается, что в Европе люди познакомились с курением табака после открытия Америки. В 1492 г. матросы Колумба, высадившись на острове, названном ими Сан-Сальвадор, увидели, что местные жители

втягивали в себя дым от каких-то сжигаемых растений. Листья их туземцы свертывали в трубочку и поджигали. Назывались эти трубочки "табако" и "сигаро". В начале моряки удивились, но вскоре сами привыкли курить и привезли в Европу семена растения. Распространению курения способствовало то, что листья табака обладали, на первый взгляд, обезболивающим действием – они и действительно могли уменьшать головную и зубную боль. Действующее начало табака – никотин названо по имени посла в Португалии Эл. Нико, который преподнес королеве Екате-

низ привыкания состоит из возникновения стойкого условного рефлекса и наркотического действия никотина на организм. Кроме того, полость рта является известной эрогенной зоной и раздражение ее слизистой оболочки относится к условно-сексуальному действию.

Вопрос в редакцию: правда ли, что курение ведет к снижению массы тела? Ольга Н. Донецк.

Женщины и девушки оправдывают курение тем, что оно якобы не дает им полнеть. Иногда это оправдано – подобное связано с влиянием никотина на обменные процессы, в кото-

ОХ, ДЫМ ПАПИРОС! БЕДУ И БОЛЕЗНИ С СОБОЮ ПРИНЕС

рине Медичи листья табака, рекомендуя понюхать их. Истеричной королеве действительно становилось лучше. Так Нико обессмертил свое имя, но и принес своим подарком неисчерпаемые страдания человечеству.



Никотин вызывает повышение артериального давления. Одна выкуренная сигарета повышает его на 10 мм рт. ст.

Курение табака – частая причина заболевания раком легких и гангрой нижних конечностей. Оба они длятся долго, иногда годами, причиняя больным тяжкие страдания. От разных форм рака, вызванного курением, только в США ежегодно погибает 325 тыс. человек; рак легкого у курильщиков встречается в 10 раз чаще, чем у некурящих; перемежающаяся хромота (гангрена) у некурящих практически вообще не встречается; гастрит и язва желудка наблюдается у курильщиков в несколько раз чаще.

В табачном дыме содержится не только никотин, но и окись углерода, сероводорода и другие вещества. Однако основное в курении – воздействие на организм никотина, к которому и привыкает человек.

Начав курить, юноша или девушка быстро привыкают к этому. Меха-

рых участвует жир. Но курение нельзя считать эффективным и целесообразным способом похудения, есть методы значительно более безопасные.

У многих возникает и такой условный рефлекс: придя на работу, человек закуривает, затем приступает к трудовой деятельности. Совпадение курения с началом работы повторяется десятки раз и человеку кажется, без сигарет работа не спорится.

Таким образом, в основе пагубной привычки лежит целый комплекс факторов. Некоторых курение успокаивает, что может быть связано с образованием в мозге морфиноподобных веществ и гормонов гипофиза. Но временное успокоение – это слишком дорогая цена, ибо расплачиваться приходится здоровьем.



Доказано, что никотин – сильнейший яд; 100 мг его смертельны для взрослого человека. Такая доза содержится в 20 папиросах, и человек, курящий такую дозу ежедневно, не погибает только потому, что яд поступает в организм не сразу, а постепенно.

Доктор РЕТТО

Смех лучше сохраняет нам разум, нежели досада и огорчения

Народные рецепты

ЛЕЧИМ ЗАБОЛЕВА- НИЯ ПОЧЕК И МОЧЕВОГО ПУЗЫРЯ

3 ст. ложки сухой измельченной травы хвоща полевого залить 0,5 л кипящей воды, варить на слабом огне 30 мин, настоять 1-2 ч, процедить и пить по 1/2 стакана 3-4 раза в день при воспалительных заболеваниях почек и мочевыводящих путей, при камнях в почках и мочевом пузыре.

Отвар хвоща полевого оказывает мочегонное, вяжущее, дезинфицирующее и противовоспалительное действие. Кремниевая кислота, содержащаяся в нем в больших количествах, при попадании в организм образует соли, играющие важную роль в процессах обмена и необходимые для жизнедеятельности различных органов и систем организма. Соединения кремниевой кислоты препятствуют кристаллизации в моче ряда минеральных компонентов и, следовательно, затрудняют образование мочевых камней.

СЛАДКИЕ СОРТА ЯБЛОК И ЗАБОЛЕВАНИЯ ПОЧЕК, ПЕЧЕНИ И СЕРДЕЧНО- СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ

Включать в лечебную диету по несколько сладких яблок в день при заболеваниях почек, печени и сердечно-сосудистой системы. Это будет благоприятно отражаться на обменных процессах в организме и способствовать выздоровлению.

(Окончание на 17-й стр.)

ЖЕЛЧЕКАМЕННАЯ БОЛЕЗНЬ

(Окончание. Начало в № 11)

Консервативное лечение хорошо до поры - до времени. Но наступает пора от камней избавляться. Хирургическое лечение желчекаменной болезни проводится как при осложнениях, так и в «холодном» периоде, то есть, когда ничего не болит. Водянка или эмпиема желчного пузыря, закупорка общего желчного протока с механической желтухой, перфорация желчного пузыря с развитием свищей или желчного перитонита однозначно подлежат оперативному лечению в экстренном порядке.

В джазе ТОЛЬКО КАМУШКИ

ке. А вот стоит ли оперироваться, если камни в желчном пузыре есть, а приступов болезни нет?

Русская рулетка

Камни есть, а приступов нет. Очень хорошо. Однако разве вы можете быть уверены в том, что приступ не начнется никогда? А ведь он может начаться! Причем начаться в самое неподходящее для вас время! Да. Некоторым людям везет, они доживают до ста двадцати лет и умирают от несчастного случая, например, кирпич на голову упадет. И только тогда у них обнаруживают желчекаменную болезнь, которая за все сто двадцать лет жизни ни разу не проявилась. Бывает так? Бывает. А вот как будет с Вами - не знает никто. Так что - Вам и решать!

Выбор метода

Вы решились избавиться от камней, но сомневаетесь в выборе средства. При этом желательно не слушать советов далеких от этого людей. Современная медицина располагает

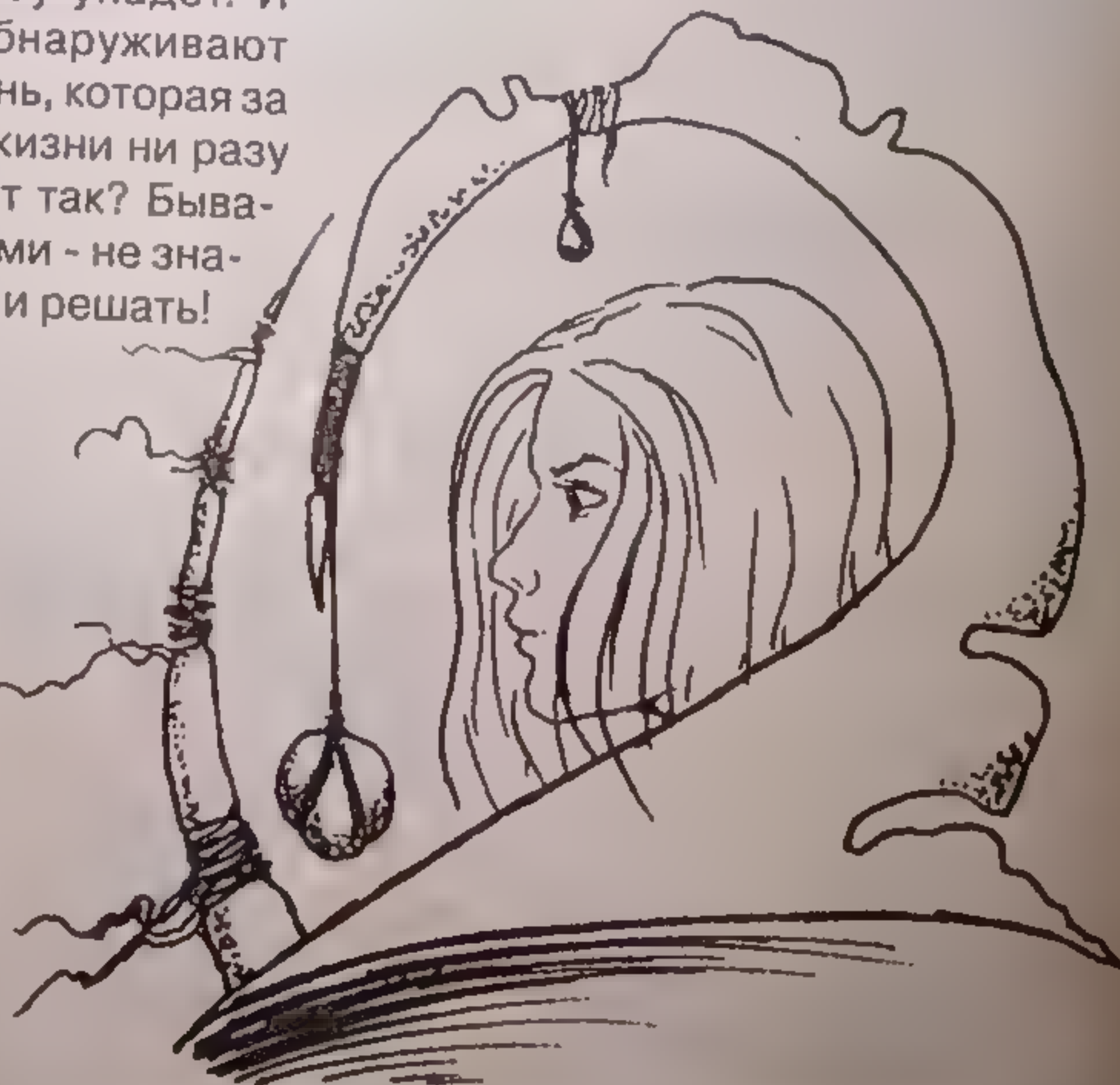
целым набором средств для оперативного лечения. Это и традиционная операция по удалению желчного пузыря, и новое в хирургии - лапароскопическая холецистэктомия, и дробление камней при помощи ультразвука. Методов достаточно много, последние две сейчас широко рекламируются. Какую же выбрать? А вот тут уже решать не вам. Универсальной методики, пригодной для всех и каждого не существует. Что хорошо для одного, может оказаться совершенно неприемлемым для другого. Каким способом лучше всего помочь больному - решает только врач.

Снижение риска

Профилактика желчекаменной болезни состоит в устранении причин, вызывающих застой желчи и

нарушение обмена: рекомендуются регулярный прием пищи, гимнастика, подвижный образ жизни, диета, устранение запоров. Прибавьте сюда еще и воду. В целом ряде регионов содержание солей в питьевой воде значительно превышает норму. Хотя прямой связи с желчекаменной болезнью и солями в воде будто бы нет, но встречается она в таких регионах все же чаще, чем должно.

Профессор
Алекс МИТЧЕЛ



НАРОДНЫЕ РЕЦЕПТЫ

(Окончание. Начало на 16-й стр.)

НАСТОЙ ХМЕЛЯ И ЗАБОЛЕВАНИЯ МОЧЕВЫВОДЯЩИХ ПУТЕЙ И ПОЧЕК

Приготовить настой шишек хмеля обыкновенного в соотношении 1:30 и пить его по 1/4 стакана 2-3 раза в день при заболеваниях мочевыводящих путей, мочевого пузыря и почек.

Настой шишек хмеля оказывает мочегонное, обезболивающее и противовоспалительное действие.

ОТВАР СТВОРОК ФАСОЛИ И ЗАБОЛЕВАНИЯ ПОЧЕК

3 ст. ложки измельченных створок фасоли обыкновенной залить 0,5 л. кипяченой воды, довести до кипения и варить на слабом огне 10-15 мин. Затем настоять 2-3 ч, процедить и пить по половине стакана за полчаса до еды 3 раза в день при воспалительных заболеваниях почек, мочевого пузыря и мочекаменной болезни.

Отвар створок фасоли (стручков) обладает мочегонным и антибиотическим свойством.

НАСТОЙ УКРОПА, ЗАБОЛЕВАНИЯ ПОЧЕК И МОЧЕВЫВОДЯЩИХ ПУТЕЙ

Приготовить настой растертого укропного семени в соотношении 1:20 и пить его по половине стакана 3-4 раза в день при заболеваниях почек и мочевыводящих путей (пиелонефритах, циститах и почечно-каменной болезни) как антиспазматическое, мочегонное и противовоспалительное средство.

НАСТОЙ МОЖЖЕВЕЛЬНИКА, БОЛЕЗНИ ПОЧЕК И МОЧЕВЫВОДЯЩИХ ПУТЕЙ

Приготовить настой из измельченных ягод можжевельника обыкновенного в соотношении 1:20 и пить его по 1 ст. ложке 3-4 раза в день при хронических болезнях почек, мочевого пузыря и мочевыводящих путей, а также при камнях в почках.

Настой ягод можжевель-

ника оказывает мочегонное действие, дезинфицирует мочевыводящие пути, способствует отхождению камней.

Чтобы избежать раздражения почек, настой ягод можжевельника следует назначать лишь на короткий срок. Противопоказан он при острых нефритах (воспалениях почек).



МАТЬ-И-МАЧЕХА И ВОСПАЛИТЕЛЬНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ЖЕЛУДОЧНО- КИШЕЧНОГО ТРАКТА, ПОЧЕК И МОЧЕВЫВОДЯЩИХ ПУТЕЙ

2-3 ст. ложки сухих измельченных цветков и листьев мать-и-мачехи залить 0,5 л кипяченой воды, довести до кипения и варить 10 мин. Затем настоять полчаса-час, процедить и пить по 1/3 стакана 2-3 раза в день за полчаса до еды при воспалении почек и мочевыводящих путей, заболеваниях желудочно-кишечного тракта и отсутствии аппетита.

Отвар мать-и-мачехи способствует регенерации поврежденных воспалительным процессом слизистых оболочек, действует мягчительным, противовоспалительно и спазмолитически.

НАСТОЙ ШИПОВНИКА И ЗАБОЛЕВАНИЯ ПОЧЕК И МОЧЕВОГО ПУЗЫРЯ

25 г сухих измельченных плодов шиповника залить в термосе 0,5 л крутого кипятка, настоять 8-10 ч,

процедить и пить по 1/2 стакана 3-4 раза в день за полчаса до еды при болезнях почек и мочевого пузыря как противовоспалительное, мочегонное и общеукрепляющее средство.

НАРОДНОЕ СРЕДСТВО ДЛЯ ОЧИЩЕНИЯ ПОЧЕК

Взять чайную ложку льняного семени, залить стаканом кипятка, кипятить на слабом огне 2-3 мин, настоять 1-2 часа, процедить и пить по 1/2 стакана каждые два часа в течение двух дней при заболевании почек.

ЦИСТИТ И БЕРЕЗОВЫЙ СОК

Пить по 1 стакану березового сока 3 раза в день за полчаса до еды при заболеваниях мочевого пузыря и мочевыводящих путей, а также для их профилактики. Березовый сок стимулирует функцию почек, повышает их работоспособность, очищает почечные ходы и мочевые пути, оказывает на них противовоспалительное действие.

НАСТОЙ ИЗ ЛИСТЬЕВ ПЕРВОЦВЕТА И БОЛЕЗНИ МОЧЕВОГО ПУЗЫРЯ И ПОЧЕК

Взять 3 ст. ложки сухих измельченных листьев первоцвета, залить в термосе 0,5 л крутого кипятка, настоять 1-2 ч, процедить и пить по половине стакана 3-4 раза в день при болезнях мочевого пузыря и почек.

Настой из листьев первоцвета обладает мочегонным, потогонным и общеукрепляющим действиями.

НАСТОЙ ИЗ ЦВЕТКОВ И ЛИСТЬЕВ АЛТЕЯ И ВОСПАЛИТЕЛЬНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ МОЧЕВЫХ ПУТЕЙ

Взять 4 ст. ложки сухих измельченных цветков и листьев алтея, залить в термосе 0,5 л кипятка, настоять полчаса-час, процедить и пить по 1/3-1/2 стакана 3-4 раза в день при воспалительных заболеваниях почек и мочевыводящих путей.

Лучше сказать лишнее, чем не сказать необходимого

НАРОДНАЯ МЕДИЦИНА: КОЖНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

«... На протяжении многих лет я страдаю экземой. Не могли бы вы подсказать какие-нибудь средства от этого заболевания?..»

Татьяна В. г. Красный Луч

Сейчас многие страдают различными заболеваниями кожного покрова, типа экземы, псориаза и других им подобных. Не приводя и не углубляясь в статистику этих заболеваний мы решили, по возможности, более полно осветить некоторые методы лечения кожных болезней на старницах «СД»

НАРОДНОЕ СРЕДСТВО ОТ ЭКЗЕМЫ

Взять сухие листья березы (собирают молодые майские листья) и истолочь в порошок. 4 чайные ложки порошка залить в фарфоровом чайнике 0,5 л кипятка, настоять 12-15 мин. и пить по 1 стакану два раза в день при экземе.

СОЛОДКА И ЗАБОЛЕВАНИЯ КОЖИ

Приготовить отвар корня солодки в соотношении 1:10 и использовать его для орошений и примочек при экземе и аллергических дерматитах.

Фармакологической промышленностью выпускается препарат глицерам, представляющий собой аммониевую соль глициризиновой кислоты, выделенной из корней солодки. Глицерам уменьшает проницаемость сосудов, оказывает противовоспалительное действие, стимулирует функциональную активность коры надпочечников, обладает противоаллергическими свойствами и, что особенно важно, малотоксичен (побочных явлений при приеме глицерама не наблюдается). Принимают его по 0,05 г 2-3 раза в день за 30 мин до еды в течение 3-6 недель при экземе, аллергических дерматитах и нейродерматитах. Используется также и 2%-ная эмульсия глицерама, предназначенная для наружного употребления.

МАЗЬ ИЗ ЛАПЧАТКИ И ЭКЗЕМА

Взять 10 г мелкоизмельченных корней лапчатки на 100 г топленого сливочного масла, варить все это 5-7 мин, затем процедить в горячем виде. Использовать полученную мазь для лечения мокнущих экзем, ран, язв, трещин кожи и т.п.

Мазь оказывает противовоспалительный, болеутоляющий и ранозаживляющий эффекты.

Берем стакан

ОТВАР ЛАПЧАТКИ, ЗАБОЛЕВАНИЯ И ПОВРЕЖДЕНИЯ КОЖИ И СЛИЗИСТЫХ ОБОЛОЧЕК

Приготовить отвар лапчатки в соотношении 1:10 и использовать его для орошений и примочек при мокнущих экземах, а также при ранах, трещинах кожи, ушибах с кровоподтеками, для полосканий при воспалении слизистых оболочек полости рта, ангине, для спринцеваний при белях (для полосканий и спринцеваний брать 1-2 ст. ложки отвара на стакан воды).

Отвар лапчатки имеет выраженный вяжущий и бактерицидный эффект, оказывает противовоспалительное, болеутоляющее и кровоостанавливающее действие.

ОБЛЕПИХОВОЕ МАСЛО И КОЖНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

Приготовить 3-5%-ную мазь (при содержании в ней облепихового масла более 5% она вызывает раздражение кожи) и использовать для лечения экземы, нейродермита, чешуйчатого лишая, язвенной волчанки и других заболеваний кожи.

Для приготовления мази возьмите 3-5 г облепихового масла и, соответственно, 97 или 95 г жировой основы (топленого внутреннего свиного, куриного или гусиного жира, спермацета и т.п., за неимением их можно воспользоваться детским кремом). Хорошо смешайте компоненты и нанесите полученную мазь на поврежденную кожу два раза в сутки. Одновременно можно принимать облепиховое масло внутрь по 2-3 мл 1 раз в день.

ОРЕХОВО-ПРОПОЛИСНАЯ НАСТОЙКА ПРОТИВ ЭКЗЕМЫ УШЕЙ

Измельчить скорлупу незрелого грецкого ореха, залить ее 70%-ным винным спиртом в соотношении 1:10, настоять 4-5 дней, затем процедить через марлю, сложенную в несколько слоев, добавить равное количество 30%-ной настойки прополиса и протирать кожу наружного слухового прохода при экземе ушей. Следует также вставлять в уши на



30-40 мин 2-3 раза в день марлевые жгутики (турундочки), смоченные в приготовленной смеси. Курс лечения до 10 дней.

ПРОПОЛИС С ТРАВАМИ ПРОТИВ НЕЙРОДЕРМИТА И ЭКЗЕМЫ

Взять 1 стакан измельченной коры дуба, залить 1 литром кипятка и варить 15 мин. Затем засыпать в отвар по половине стакана сухой измельченной травы череды и столько же травы тысячелистника, прокипятить на слабом огне еще 2-3 мин, настоять 20-30 мин, процедить, добавить 2 ст. ложки 20%-ной спиртовой настойки прополиса и использовать для примочек при нейродермите и экземе (приложить их к пораженным участкам кожи на 1 час, затем снять, но кожу не вытирать, а дать ей самостоятельно высохнуть).

ДУБОВАЯ КОРА И ПРОПОЛИС ПРОТИВ МОКНУЩЕЙ ЭКЗЕМЫ РУК И ПОТЛИВОСТИ НОГ

Взять измельченную кору дуба, залить ее кипяченой водой в соотношении 1:5, кипятить 15-20 мин,

НАРОДНАЯ МЕДИЦИНА: КОЖНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

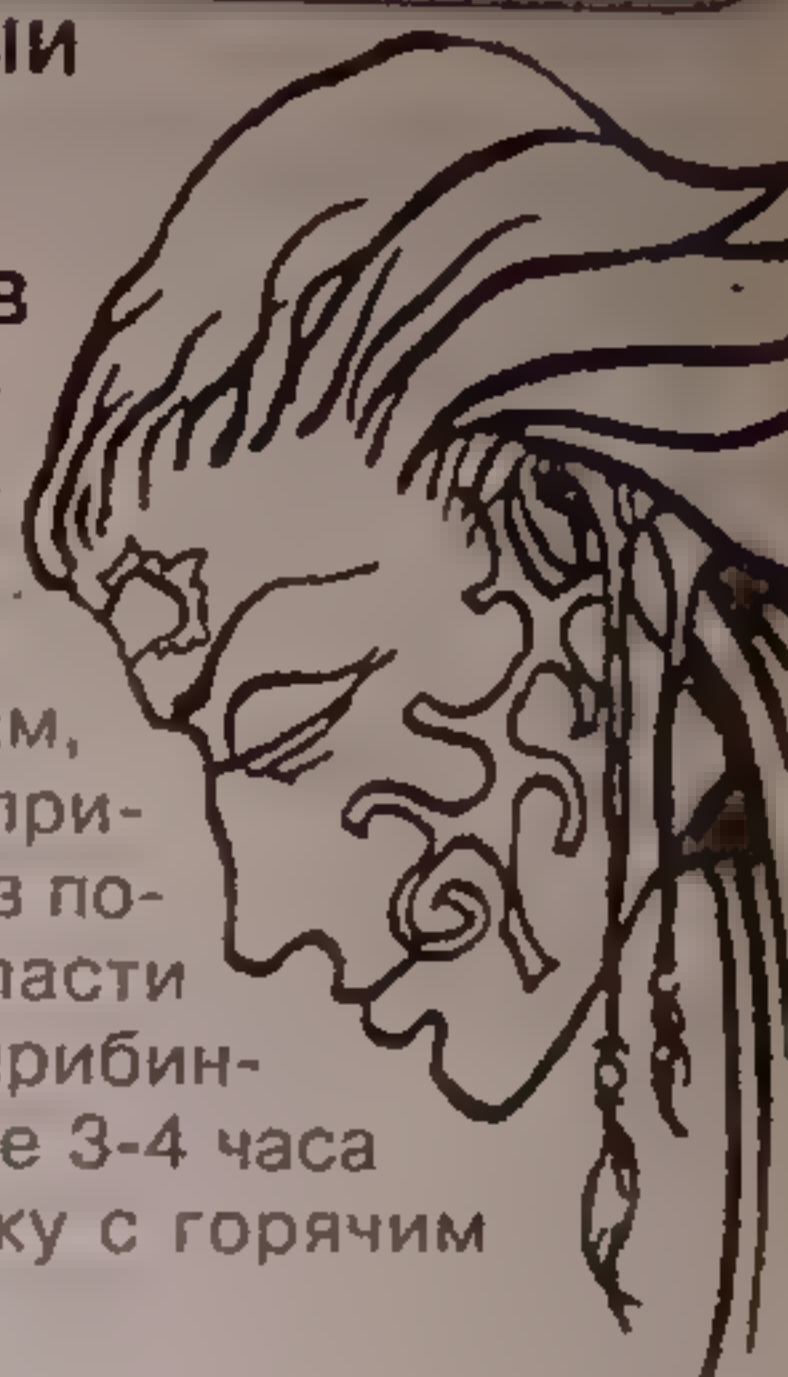
настоять 30-40 мин, процедить, довести объем отвара кипяченой водой до первоначального уровня, добавить к нему 30-40%-ную настойку прополиса (на 1 стакан отвара - 1 чайную ложку) и использовать для орошения кожи при мокнущей экземе рук.

При потливости ног сделать более слабый отвар коры дуба (1:10), добавить к нему настойку прополиса (на 1 л отвара - 10 мл спиртовой настойки прополиса) и делать нож-

ОТВАР ЧЕРЕДЫ И ЗАБОЛЕВАНИЯ КОЖИ
3 ст. ложки измельченной сухой травы череды трехраздельной залить 0,5 л кипяченой воды, довести до кипения и варить на медленном огне 10 мин. Затем настоять 1-1,5 ч, процедить и использовать для примочек, умываний и ванн при экземе, диатезах, нейродермитах и других заболеваниях кожи.

НАРОДНЫЙ СПОСОБ ЛЕЧЕНИЯ ФУРУНКУЛОВ

Взять среднего размера луковицу, испечь ее, разрезать пополам, еще горячей приложить одну из половинок к области фурункула и прибинтовать. Каждые 3-4 часа менять повязку с горячим луком.



коры дубовой...

ные ванночки (температура их 38 °С, продолжительность 20 мин, курс лечения - 10 ежедневных процедур).

НАРОДНЫЙ СПОСОБ ЛЕЧЕНИЯ ЭКЗЕМЫ ОДУВАНЧИКОМ

Взять по 1 ст. ложке измельченных корней одуванчика и лопуха, залить 0,5 л кипяченой воды, настоять ночь, утром прокипятить на слабом огне 7-10 мин, вновь настоять 2-3 часа, процедить и пить по 1/2 стакана 3-5 раз в день при экземе. Одновременно использовать мазь. Для приготовления ее смешать порошок одуванчика пополам с медом. Мазь с кожи смывать теплой молочной сывороткой.

ПОРОШОК ИЗ СЕМЯН ФАСОЛИ, ЗАБОЛЕВАНИЯ И ПОВРЕЖДЕНИЯ КОЖИ

Приготовить порошок из высушенных семян фасоли обыкновенной и присыпать им кожу при экземе, а также при порезах, плохо заживающих ранах, язвах и ожогах.

Порошок из семян фасоли обладает антибиотическими и противовоспалительными свойствами. Он стимулирует заживление инфицированных ран.

ОТВАР ЛИСТЬЕВ ЕЖЕВИКИ И КОЖНЫЕ БОЛЕЗНИ

Приготовить отвар листьев ежевики в соотношении 1:10 и использовать для обмываний и примочек при экземах, лишаях, гнойничковых заболеваниях кожи и т.п.

Отвар листьев ежевики обладает бактерицидным и противовоспалительным свойствами.

МАЗЬ ИЗ ЛИСТЬЕВ МАЛИНЫ И КОЖНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

Свежие, измельченные на мясорубке листья малины смешать с топленным сливочным маслом в соотношении 1:4 и использовать при гнойничковых поражениях кожи и кожных сыпях.

НАСТОЙ ХМЕЛЯ И ЗАБОЛЕВАНИЯ КОЖИ

Приготовить водный настой шишек хмеля обыкновенного в соотношении 1:20 и использовать его для припарок, примочек и ароматических ванн при воспалительных поражениях кожи (угрях, фурункулах, язвах, труднозаживающих ранах, аллергических дерматитах), ушибах, а также для обмывания головы при перхоти и облысении.

Водный настой шишек хмеля оказывает противовоспалительное, гипосенсибилизирующее и обезболивающее действие.

ОТВАР КАЛЕНДУЛЫ И ЗАБОЛЕВАНИЯ КОЖИ И СЛИЗИСТЫХ ОБОЛОЧЕК

Приготовить отвар цветков календулы лекарственной (1:10) и использовать его для обмываний и примочек при угрях, фурункулах, трещинах кожи, ранениях, незаживающих язвах, ожогах, обморожениях, а также для полосканий при ангине, хроническом тонзиллите, воспалениях десен, слизистой оболочки носа, для примочек при конъюнктивитах (воспалениях слизистой оболочки век), при укусах пчел и в виде клизм при трещинах прямой кишки.

Отвар календулы оказывает дезинфицирующее, вяжущее, противовоспалительное и ранозаживляющее действие.

СОК КРАПИВЫ, ОДУВАНЧИКА, СЕЛЬДЕРЕЯ И УГРИ

Отжать соки из свежих растений (травы и корней) крапивы. Через час после легкого завтрака выпить половину стакана сока крапивы, спустя еще час столько же сока одуванчика и еще через час - полстакана сока сельдерея. Процедуру повторить 3 раза через каждые 3 дня. Она способствует очищению крови и может быть рекомендована не только при угрях, но и при любых хронических заболеваниях кожи.

ПИХТОВОЕ МАСЛО И ГНОЙНИЧКОВЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ КОЖИ

При появлении угрей, фурункулов, карбункулов, панариция и т.п. намочите кусочек ватки или бинта чистым пихтовым маслом, приложите к месту болезненности, покройте вощаной бумагой и прикрепите бинтом на 20-25 мин, после чего повязка удаляется. Через 6-8 часов на очаг воспаления наложите повязку с предварительно приготовленной пихтовой мазью (пихтовое масло смешивается в равных частях с облепиховым маслом, спермацетом, рыбьим жиром или каким-либо другим жировым умягчителем). Если через два дня воспалительный очаг еще не рассосется, то прикладывайте пихтовую мазь, содержащую уже не 50, а 30% пихтового масла и 70% жировой основы. Лечение этой мазью продолжите до выздоровления. Она может быть использована также для заживления трофических язв.

Из народных лечебников

Мужество делает ничтожными удары судьбы

ЗНАХАРСКИЕ ТАЙНЫ

Когда вы приобрели определенные навыки и умения в применении энергетической защиты, можно сочетать различные приемы. Для улучшения физического состояния и повышения психологической устойчивости рекомендуется следующая схема применения защиты N5 обязательно на ночь, за полчаса-час перед сном, утром — после пробуждения, днем — перед встречей с неприятным для вас человеком.

мир. И с какой бы стороны нападающий на вас ни пытался бы напасть, он всегда получит отраженный и усиленный зеркалом ответный удар. Этот прием пользуется популярностью во всем мире и не раз доказывал свою эффективность. Применяя «зеркальную стену», никогда не показывайте человеку, пытающемуся влиять на вас отрицательно, что вы защищаетесь. Ваше спокойствие и дружелюбие заставят его наносить все более сильные удары, которые все с большей силой будут к нему возвращаться.

3. «ЯЙЦО»

Для выполнения этого приема необходимо развивать способность ощущать какие-либо предметы на значительном расстоянии. Сначала необходимо освоить «касание взглядом», т.е. мысленно

вы, отодвигать от себя кресты на расстояние до 1 метра. Сравнить свое состояние до и после отодвигания крестов, почувствовать, как они укрепляются и образуют единое целое.

6. КОМБИНИРОВАННАЯ ЗАЩИТА

Сначала выполнить защиту «крестом», отодвинув кресты на расстояние 1—1,2 метра. После этого сделать защиту с помощью «оболочки» или «вращения биополя».

7. ИНФОРМАЦИОННО-БИОПОЛЕВАЯ ЗАЩИТА

Неоднократно по советам автора проверена самыми различными людьми и практически всегда успешна. Сначала строится защитная оболочка, но не в форме яйца, а в форме шара. Затем шар плотно заполняется биоэнергией серебристо-фиолетового

КАК ЗАЩИТИТЬСЯ ОТ СГЛАЗА

Этой схемы придерживаться полторы-две недели, а затем, при улучшении состояния, выполнять защиту лишь утром и на ночь. Приемы защиты выполняются параллельно с упражнениями по повышению биоэнергетического потенциала. При значительном улучшении состояния защита выполняется только утром.

ПРИЕМЫ ЗАЩИТЫ

1. ЗАМЫКАНИЕ КОНТУРА СВОЕГО БИОПОЛЯ.

а) Самым простым приемом является перекрещивание рук или ног в разговоре с человеком, от которого можно ожидать неприятностей. При этом вы замыкаете контур своего биополя, стараясь не допустить его утечки или пробоя.

Более сильной является защита с помощью кольца:

б) большой и указательный пальцы одной руки, соединяются с большим и указательным пальцами другой руки, образуя кольцо, три остальных пальца накладываются друг на друга. Этим приемом часто пользуются представители Китая, Японии.

в) эффективным приемом, которым обычно пользуются йоги, является «вложение кольца». Сначала большой и указательный пальцы одной руки образуют кольцо, и оно вкладывается в ладонь другой руки, затем большой и указательный пальцы второй руки образуют кольцо и вкладываются в ладонь первой руки. Этот цикл повторяется три раза. Обычно после третьего раза выполняющий прием ощущает вокруг себя повышенную плотность, кажется, что чем-то сдавливается голова. Вложение кольца действительно не только замыкает контур биополя человека, но и в несколько раз уплотняет его.

2. ЗЕРКАЛЬНАЯ СТЕНА

Представить себя со всех сторон и сверху окруженным стеной из одного двух или трех рядов кирпичей. С наружной стороны стена покрыта сплошным слоем зеркал, обращенных во внешний

миров. Трогать предметы и улавливать ощущение от них (можно потрогать предмет рукой, а потом попробовать воспроизвести это ощущение в уме, не касаясь предмета). Освоив «касание взглядом» и не глядя на предмет, «потрогайте» его опять. Глаза при этом закрывать не следует. После освоения этого упражнения строим «яйцо». Нужно почувствовать, а не представить, что на уровне межреберья спереди, сзади и с боков на расстоянии вытянутой руки находятся четыре теплые золотистые горошины, т.е. получается крест, лежащий в горизонтальной плоскости с осью, проходящей по средней линии тела. При вращении креста образуется обруч, который нетрудно превратить в яйцо, окружающее ваше тело и не дающее никаким отрицательным воздействиям проникнуть во внутрь. Стенки яйца очень плотные, биоэнергетические слои наматываются друг на друга около минуты. Оболочки могут быть одноцветными, двухцветными (воображаемыми). Желательно применять цвета золотистые, голубые, оранжевые. Очень важно четко пространственно ощущать все свои действия. Необходимо предупредить, что тренировки по «прощупыванию» предметов не должны быть более 1—2 минут до 5—7 раз в день.

4. ВРАЩЕНИЕ БИОПОЛЯ

Наряду с «защитными оболочками» большим успехом пользуется так называемое «вращение биополя». Методика данной формы защиты аналогична вышеописанной. Однако плотная оболочка при этом отсутствует, все пространство между телом и условным краем оболочки заполнено некой вязкой средой, чем-то вроде каши. Вся эта среда вращается вокруг оси тела против часовой стрелки. Когда вращение выполняется правильно, чувство тела исчезает и остается ощущение однородной массы, вращающейся в форме кокона.

5. ЗАЩИТА «КРЕСТОМ»

Окружить себя со всех сторон крестами, расположив их вплотную к телу. Медленно, с усилием, начиная с голо-

цвета. По наружной поверхности шара проходят в виде параллелей и меридианов ленты, на которых написано «Я вам не нужна (не нужен)».

В заключение этой темы разрешите дать вам несколько советов:

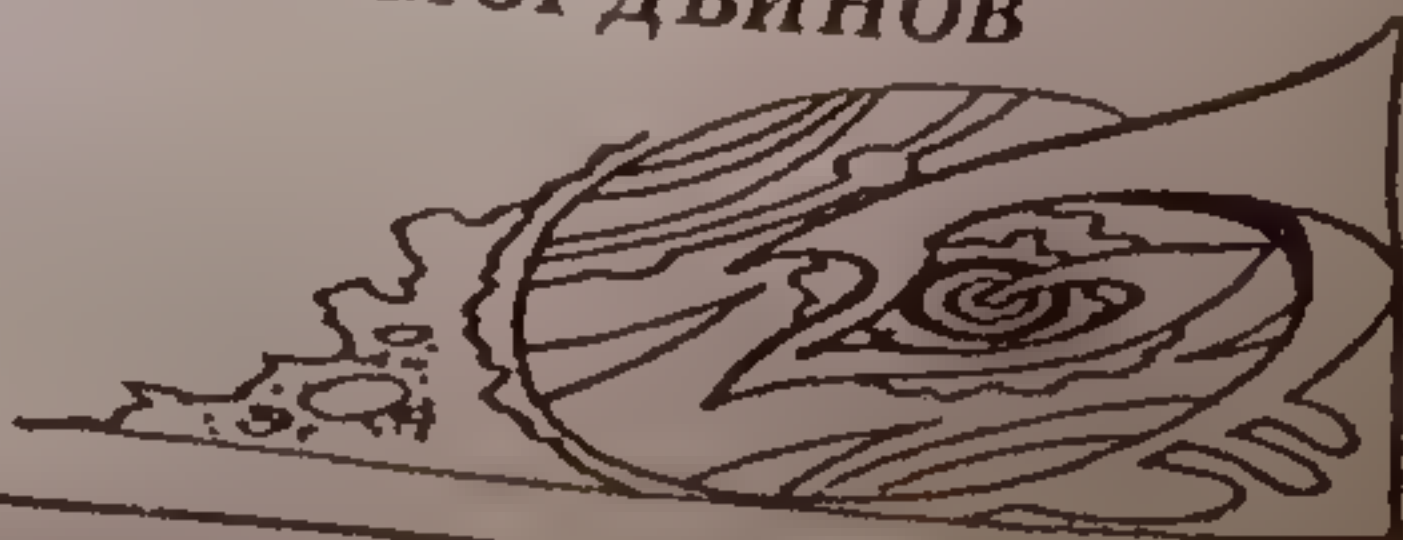
1. Если вы высокочувствительный, но неуверенный в себе человек, постарайтесь выработать стойкий психологический иммунитет к возможности отрицательных результатов в вашем состоянии здоровья при наложении чуждого информационного поля. Иммунитет вырабатывается в комплексе: приемы защиты плюс ежедневный аутотренинг с введением формул, укрепляющих веру в себя и в благополучный исход любых ситуаций.

2. Очень часто падение жизненного тонуса связано с совершенно другими причинами. Рекомендуются защитные мероприятия, приводящие к резкому изменению общего психофизического состояния, например: контрастный или холодный душ, быстрый танец типа «рок-н-ролла» и т.д.

3. Отличные результаты дает горький перец, и чем крепче, тем эффективнее действует. Кусочек перца можно сосать, как конфету, можно принимать его в соединении с кофе (на 100 граммов кофе — 1 кусочек перца размером с монету). Эффективным является прием перца во время танца.

4. И еще: систематически выполняйте упражнения по накоплению биоэнергии. Постоянно тренируясь, вы сумеете поднять свой биоэнергетический потенциал до такого уровня, столкнувшись с которым колдуны и стихийные недоброжелатели окажутся попросту не в состоянии нанести энергетический удар — они будут для этого слишком слабы.

С. МОРДВИНОВ



ЧУДО - ТРАВКИ

В народной медицине отвар плодов лоха применяют при водянке, цинге и как противоглистное, мочегонное, а также отхаркивающее средство при бронхитах и воспалении легких. Плоды (сухие и в виде отвара) рекомендуют при желудочных заболеваниях, колите, при детских поносах, катаре верхних дыхательных путей.

лакивающее действие и способность увеличивать отделение мокроты при болезнях верхних дыхательных путей. Как вяжущее средство плоды лоха используют даже вместо такого признанного лидера, как черника (особенно при детских поносах и катарах желудочно-кишечного тракта).

На плоды лоха «положила глаз» и научная медицина, которая использует препараты лохан, лохпектан и пшатин,

Период цветения у лоха — в мае-июне, растение считается хорошим ранним медоносом. Цветки у него мелкие, сильно душистые, ярко-желтые, расположены по 1-3 на коротких цветоножках в пазухах листьев. Сентябрь-октябрь — период созревания плодов — овальных желтовато-бурых костянок, напоминающих по форме маслину. При полном созревании плоды приобретают желтовато-бурую окраску, а под их кожицей «прячутся» желтоватая мучнистая мякоть (очень сладкая, слегка вяжущая на вкус) и крупная продольно-бороздчатая косточка. Как правило, плодоносит лох ежегодно и обильно. Размножается растение семенами, корневыми отрезками, а также ветками, которые способны укорениться и давать начало новым особям. Высота этого древовидного кустарника достигает 3-7 м, а живет он до 80 и даже до 100 лет.

Лох — очень древнее культурное растение. В Средней Азии и Закавказье можно встретить много крупноплодных сортов этой культуры. Все они — результат многовековой селекции. В диком же виде лох встречается в лесах, по берегам рек и водоемов на юге европейской части России, а также на Кавказе, в Сибири и Средней Азии, в ряде других регионов Евразии, в оазисах-среднегорного пояса.

Лекарственным сырьем у лоха служат листья, кора, цветки и плоды. Листья собирают в первой половине лета. Их сушат под навесом или в сушилке при температуре 40-50 град, цветы — не более 40 град, плоды — обычным способом.

Отвар сухих листьев или плодов назначают при простудных заболеваниях, сильной лихорадке. При воспалительных процессах в полости рта им полощут рот, а при воспалительных заболеваниях желудка и толстой кишки отвар принимают внутрь.

Свежие листья растения прикладывают к гнойным ранам для снятия воспаления и ускорения процесса заживления. Повязки при этом следует менять



каждый день. В виде припарок листья используют при радикулите, ревматизме, подагре. Для этого их распаривают, заворачивают в марлю и эти подушечки прикладывают к больным местам для уменьшения и снятия болей.

РЕЦЕПТ

Приготовить отвар можно по-разному. Один рецепт «предписывает» такую «технология»: 30 г плодов залить 1 ст. горячей воды и кипятить в закрытой эмалированной посуде на водяной бане 30 мин. Процедить горячим через 2-3 слоя марли, отжать и довести объем до исходного. Принимать в теплом виде по 2 ст. л. 3-4 раза в день до еды.

Второй вариант несколько отличается. 50 г плодов заливают 1,5 ст. воды, кипятят 8-10 мин, настаивают 2 часа, процеживают. Принимают отвар по 1-2 ст. л. 3-4 раза в день после еды. Отвар хранят в холодильнике не более 2-х дней.

Говоря о плодах лоха, следует отметить, что они содержат до 40% сахара (который, в свою очередь, состоит из глюкозы и фруктозы) и до 36% танина. Помимо этого, в плодах лоха имеются белок (11%), органические кислоты, азотные и красящие вещества, соли калия и фосфора. Плоды едят в сыром виде, используют их для приготовления цукатов, вин со своеобразным ароматом. Их сушат (плоды прекрасно сохраняются без дополнительной обработки в сухом месте), размалывают в муку, которую затем добавляют в хлеб, супы и другие блюда. Такая мука обладает вяжущими свойствами, поэтому полезна при желудочно-кишечных расстройствах. Если же вести речь о лечебных свойствах плодов, то нужно отметить их противовоспалительный, вяжущий, обезболивающий, мочегонный и противоглистный эффект. Он и детям полезен. Плюс обво-

в состав которых входят высушенные и размолотые плоды. Эти препараты обладают противовоспалительными свойствами, снижают двигательную активность кишечника, их назначают внутрь при воспалительных заболеваниях в ротовой полости.

Свежий сок плодов эффективен при малярии и гипертонической болезни.

Цветки используют в виде настойки и настоя в лечении заболеваний верхних дыхательных путей, для активизации и усиления деятельности сердечной мышцы, при повышенном артериальном давлении, как жаропонижающее средство.

РЕЦЕПТ

Готовят настой из расчета 6 г сырья на 1 ст. горячей воды, настаивают на водяной бане 15 мин, процеживают, отжимают и доводят объем до исходного. Принимают по 1/3 ст. 3 раза в день.

Настойку цветков делают в соотношении 1:10 на 40-градусном спирте (водке), выдержав средство в течение 10-ти дней в теплом месте. Принимают настойку по 10-20 капель 3 раза в день до еды.

Нашла камедь применение и в медицине: в качестве эмульгатора и обволакивающего вещества при изготовлении таблеток.

Листья и кора лоха содержат дубильные и красящие вещества, пригодные для дубления кожи и окраски тканей в коричневый и черный цвета. Кора лоха может быть использована в качестве суррогата чая, а эфирное масло цветков «задействовано» в парфюмерной промышленности. И последнее: у лоха — твердая, желтого цвета древесина, которую с успехом применяют для изготовления столярных и токарных изделий и даже музыкальных инструментов.

Подготовила
Валентина ШАЛИЦКАЯ.

Учиться надо всю жизнь до последнего дыхания

УРОКИ ИНТИМНОЙ ЖИЗНИ

Позднее издание. Начало в №10, 11)

Привлекательность и влечение

Начнем с самых ранних стадий половой привлекательности.

Секс не является вещью далекой от будничной брачной жизни: он является окончательным завершением полового влечения, осторожно и естественно вызванного, нагнетаемого день за днем, час за часом, минута за минутой.

Жена не может слоняться по дому в неряшливой и непривлекательной одежде, кричать все вечера подряд на детей и спать по шесть ночей в бигудях, чтобы потом она не вызвала полуотвращения в коротком осмотрительном влечении. Нельзя также ожидать, что муж, который грубо разговаривает, редко моется и разбрасывает свою одежду по спальне, затем задобрит жену несколькими быстрыми ласками.

Между супругами, по-видимому, существует настоящее влечение. Только индивидуальное и обоюдное влечение ведет к браку в нашем обществе. Вам нет необходимости ухищряться в осуществлении сексуального влечения. Вам следует помнить о чувственности вашего партнера, чтобы дать ей соответствующее направление.

Простейшие способы ухаживания заключаются в оказании заботливого внимания партнеру. Душ, бритье окажут, пожалуй, на страсть вашей жены большее внимание, чем любая ласка. Нежная чистая ночная рубашка может возбудить в вашем муже ни с чем не сравнимую страсть. Приятная соответствующая обстановка для мужчин и духи для женщин являются не только обычными привлекающими средствами, но и элементами эротического возбуждения - они создают ассоциации с интимностью. Использование различных экстрактов для ванны освежает кожу и привлекает как мужчину, так и женщину.

Ваша физическая привлекательность лежит в основе сексуального влечения. Ухаживая за телом, вы создаете наилучшие предпосылки для сексуального соединения. Не жалейте времени и сил для этого.

Сексуальные эпизоды

Обольщение, наконец, вызывает у одного из вас сексуальный импульс, после чего осторожная сексуальная увертюра рождает неопределенного типа влечение. Эта увертюра на ранней стадии должна создать предварительное возбуждение, помочь удержать сексуальный импульс до тех пор, пока не возникнет подходящий случай для поло-

Не жалейте нежных слов, ласковых прозвищ, уменьшительных имен. Это поможет разжечь вашу страсть и подготовить вас для полового сношения.

Гармоничность

Если Вы хотите добиться хорошей сексуальной совместимости как супружеская пара, вы должны иметь сексуальные связи почти так

СЕКСУАЛЬНОЕ ЗДОРОВЬЕ

вого сношения. Но не следует допускать, чтобы они вели вас к поспешному неподходящему соединению. Пылкое возбуждающее смятение является весьма романтическим, особенно, когда случайно сорванные поцелуи обнаруживают ранее непроявляемое обоюдное глубокое желание. Однако неуместно совершаемое половое сношение оставляет на вас одежду, которую нет времени сбросить, и вообще путает все планы и в дальнейшем может повлиять на сексуальную активность.

же часто, как этого хочет муж. Однако это не означает, что вы должны прыгать в кровать, если он почувствует сексуальное возбуждение в середине ужина или во время приема вечернего туалета. Это означает, что женщине никогда не следует заставлять мужа ждать более подходящей ситуации лишь на том основании, что она сама не стремится к сексу или потому, что она устала, хочет спать и по другим причинам.

Секс - слишком важное явление, чтобы им можно было пренебрегать и требует от женщины меньше затрат энергии, чем приготовление пищи, стирки и дюжина других видов деятельности.



Намеки и сигналы

Предчувствие, что секс уже недалеко, обычно приходит через слова и жесты. Вы можете способствовать развитию этого процесса без надоедания, используя некоторые любимые слова и сигналы. Постройте вашу сексуальную игру на физической привлекательности партнера.

Большинство пар не стремятся к половому акту во время менструального цикла. Однако менструация не является непоколебимым запрещением полового акта. Менструация лишь ограничивает разнообразие предварительных ласк и делает секс слишком неопрятным для многих превередливых женщин. Даже если у вашей кровати пластиковая подкладка, секс во время менструации увеличивает стирку. Однако многие супружеские пары считают, что жена может быть достаточно легко распалена во время последних дней менструации и не протестует против такой «грязи». Несомненно, нет никаких медицинских причин, чтобы пренебрегать сексом во время менструации.

Доктор ШМИДТ

(Продолжение следует)

Самоисцеление и долголетие № 12

Записки бывалого фельдшера



Где только ни приходится нам бывать по роду своей работы: это и офисы фирм, заводы, ночные клубы, магазины. Но на это раз диспетчер нас направил в баню – там кто-то потерял сознание. Где-где, а в бане мы еще не были.

«Проходите девочки – вам туда, в мужское отделение», – встретила нас дежурная. Надо сказать, что вид голых поп нас вряд ли удивит. Для медиков это не столько часть тела, сколько место для инъекций, чисто рабочий момент. С невозмутимыми лицами, под удивленным взглядом парящихся, проходим через предбанник в банное отделение.

Там, замотанный в простынь, прислонившись к стене, сидел молодой человек шуплого телосложения.

У него внезапно закружилась голова (реакция на духоту и высокую температуру помещения), и он прилег на кафельный пол, после чего «добрые» граждане, мывшиеся рядом, оказали ему «медвежью услугу» – перевели его из лежачего положения в сидячее и удерживали его так до нашего приезда, что только усилило симптомы падения давления. Первое наше действие – немедленно уложили молодого человека чуть приподняв ноги. После чего его лицо престало быть бледно-зеленым и порозовело. Измерили давление – так и есть – цифры давления низкие.

С помощью четырех мужиков, в простынях очень похожих на древних греков, с радостью вызвавших нас помочь, мы перенесли парня в раздевалку, там было значительно свежее. Глюкоза с гормонами в вену – и давление поднялось до нормы. На вопрос «Что это было?» мы поспешили успокоить нашего пациента. При таком хлипком сложении, артериальное давление в норме и так понижено, а высокая температура воздуха в сочетании с духотой – расширили сосуды, и давление упало.

Произошел «вегетативный обморок». Состояние временное и не опасное. Действия в

таких случаях простые:

- Перейти в прохладное помещение.

- Лечь с приподнятыми ногами.

- Выпить чаю или кофе.

Обычно этого бывает вполне достаточно и давление приходит в норму.

Людям ослабленным, плохо переносящим жару такие варианты «с легким паром» – противопоказаны.



Наблюдения из жизни

Есть у нас в Донецке, в самом его центре одна из улиц, выложенная брусчаткой. Дальше она продолжается асфальтом, но первые 5 минут приходится буквально «скакать». Аппаратура в машине начинает дребезжать, носилки клацать, а сидящие на боковых сиденьях пациенты и их родственники – мелко подпрыгивать.

Участок дороги неприятный, когда подъезжаем к нему, мы всегда предупреждаем больных: «Подержитесь пожалуйста, после участка тряски будет ровнее».

Но на удивление есть в этом всем и один плюс. При перевозке пациентов с мочекаменной болезнью и с приступом почечной колики, после введенных нами «спазмолитиков», такая тряская езда способствует быстрому продвижению песка и камешков по мочеточникам – и приступ колики проходит. Не всегда, но часто так бывает.

Приближается лето, грибная пора.



Об опасности отравления грибами теперь уже все хорошо слышаны. Иногда такая осведомленность очень кстати, это остановит грибника, собирающегося набрать сомнительных гри-

бов в посадке.

А иногда, как в нашем случае, у людей мнительных рассказы о страшных отравлениях грибами вызывают надуманные опасения и страх перед всеми грибами.

В одну из ночей прозвучал тревожный вызов – плохо водителю такси, отравление грибами. «Ну вот, сейчас придется мыть желудок, ставить капельницу и везти с сиреной в реанимацию. В 2 часа ночи этот очень кстати», – думали мы.

Отравившийся водитель встречал нас сам, очень эмоционально:

- Спасите, я отравился грибами, рвота и боли в животе.

- Откуда грибы – из посадки? Маринованные?

- Да нет, теща – будь она не ладна, вареники с вешенками приготовила.

- Откуда вешенки?

- Как откуда – из магазина. Черт принес эту тещу с ее варениками. Это ботулизм? Скажите правду!

- Двоение в глазах, слабость есть?

- Пока нет, но наверное будут. Спасите, очень жить хочется!

- Вы, уважаемый, успокойтесь, лучше скажите, что ели еще?

- Салат из огурцов, редиски – правда не очень свежий.

- Вот!!! – хором сказали мы – и теща ваша тут ни причем. Страшная смерть вам не грозит. Единственное, что мы вам обещаем – расстройство кишечника в ближайшем будущем. Ваши недомогания – следствие несвежего салата, а может и нитратных овощей.

Но в инфекционное отделение мы все же съездили, оставив нашего мнительного пациента под наблюдением инфекционистов.

А по поводу грибов хочется сказать, что вешенки и шампиньоны, выращенные в условиях теплиц – безопасны. Бояться надо грибов из посадок, растущих рядом с трассами и имеющим сомнительный вид.

Остан ХВОРОБА

Ни река, ни быстрое время остановиться не могут

Народные рецепты

Зубы играют неоценимую роль в жизнедеятельности организма. Пища, поступающая в желудок без достаточной механической обработки, вызывает раздражение слизистой оболочки, что может привести к развитию заболеваний желудочно-кишечного тракта. Нередко заболевания зубов и околозубных тканей приводят к нарушению общего состояния здоровья человека. Продукты распада тканей и микробные токсины, скапливающиеся в полости рта во время заболеваний зубов, вызывают интоксикацию организма и способствуют появлению аллергических реакций. Стоматологическими заболеваниями страдает почти каждый человек.

ПАРОДОНТИТ

1 ст.л. зверобоя залить 1 ст. кипятка, настоять 20-30 мин, процедить. Полоскать полость рта 3-4 раза в день после еды.

1 ст.л. цветков календулы залить 1 ст. кипятка, настоять 20-30 мин, процедить. Полоскать полость рта 3-4 раза в день после еды.

Аир обыкновенный (корни) - 1 ч., вахта трехлистная - 1 ч. Ст.л. смеси залить ст. кипятка, настоять 20-30 мин, процедить. По стакану в теплом виде полоскать полость рта 3 раза в день после еды.

Тысячелистник обыкновенный - 1 ч., зверобой продырявленный - 1 ч.,

(Окончание на 25-й стр.)

Будущей императрице Екатерине Великой; в России, куда она попала совсем юной, пришлось вначале очень трудно — она не знала языка, мучилась от холода. Стоило ей привязаться к какой-нибудь фрейлине или горничной, как последнюю тут же от нее удаляли.

Тем не менее, молодая принцесса научилась вызывать привязанность даже у самых неприятных ей придворных благодаря уму, полному отсутствию капризности и веселому нраву. Но о чем она с ужасом вспоминала в своих мемуарах и к чему никогда не могла привыкнуть, так же как и мы, грешные — к частой зубной боли от холода. Когда она однажды ехала из Москвы в Петербург в открытых санях, ее муж, будущий император Петр III, не позволил закрыть сани. «Едва могла я выпросить позволения не много опустить цинковку, — пишет Екатерина, — чтобы хоть сколько-нибудь укрыться от холодного и сырого ветра, который дул мне прямо в лицо». И в Царском Селе Екатерина настояла на том, чтобы проклятый зуб ей наконец вырвали.

Вот как это происходило по ее рассказу:

«Меня посадили на пол; Боергав держал с одной стороны, Чоглокова с другой, и Гион выдернул мне зуб, но в эту минуту, как он дергал, изо рта у меня хлынула кровь, из носу потекла вода и из глаз слезы... Вместе с зубом Гион оторвал часть десны, приросшей к зубу...

...Я очень страдала в течение слишком четырех недель и вышла из комнаты не раньше половины января 1750 года, потому, что на щеке у меня долго оставались от-

печатанными все пять пальцев господина Гиона в виде синих и желтых пятен».

Зубная боль, о которой сейчас пойдет разговор, хорошо известна. Она вызывается воспалением зубной мякоти, или пульпитом. Понятно, такой зуб требует самого срочного стоматологического вмешательства. Иначе воспаление перейдет на соседние ткани, разовьется флюс, периодонтит, периостит. В такой ситуации не заменить, а дополнить стоматоло-

КОГДА

логическое лечение призвана гомеопатия. Наиболее часто применяющиеся препараты для этой цели: Белладонна, Меркурий солубилис, Гепар Сульфурис, Плантаго. Рассмотрим эти лекарства и их показания при зубной боли.

БЕЛЛАДОННА (или по-русски Красавка) показана в начальной фазе воспалительного процесса. Ткани, окружающие зуб, еще не опухают или опухают не-

значительно. Зато десны больного зуба покраснели, может даже наблюдаться покраснение щеки на больной стороне. Боль, которая сопутствует процессу, характерно пульсирующая, то есть волнообразно нарастающая и уменьшающаяся. Важно отметить признак, сопутствующий этому процессу — сухость слизистой рта, сухость десен.

Способ применения: гомеопатическое средство выпускается в виде горошин из молочного сахара, покрытых раствором Белладонны. Обычно для лечения воспалительного процесса рекомендуется Белладонна 3 или 6. Прием можно делать по 5-7 крупинок каждые 1-2 часа, до уменьшения боли, а затем, урезая прием, до полного ее исчезновения. Горошины рассасываются как драже.

МЕРКУРИЙ солюбилис, или сокращенно Меркур. сол. (препарат ртути) бывает полезен, когда воспалительный процесс продвинулся дальше. Пусть читателя не смущает название лекарства — препарат ртути. Та степень разведения ртути, в какой используется лекарство, полностью исключает возможность какого-либо токсического действия самой ртути. Пульсирующая боль остается, но она уже усиливается с при-

ги воспалений изолируются в абсцессы, показан Гепар Сульфурис (сложное средство из смеси сернистой и фосфорнокислой извести). Его применяют когда зубная боль усиливается как от горячего, так и от холодного. А кроме того, очень выражена чувствительность к малейшему прикосновению или дотрагиванию до зуба и даже до щеки. Сами боли становятся несколько иного характера: они острые, ко-

БОЛЯТ ЗУБЫ

ближением ночи и в первой половине ночи. Резко усиливается она от теплого питья и пищи, а также в теплой среде, в постельном тепле, например. При этой боли очень характерно бывает сильное слюноотделение. Рот при этом делается влажным, но что парадоксально — больной испытывает сильную жажду.

Способ применения: обычно используется здесь Меркур. сол. 6 или 12, хотя эффективным может быть и 3-сотенное разведение. На прием берется также 5—7 крупинок. Частота повторений гомеопатических средств находится в прямой зависимости от интенсивности болей. При той ситуации, о которой идет речь, это обычно один прием каждые 1—2 часа, как и для Белладонны.

Когда воспалительный процесс становится гнойным и оча-

лющие, словно от игл. К этому времени может развиваться флюс.

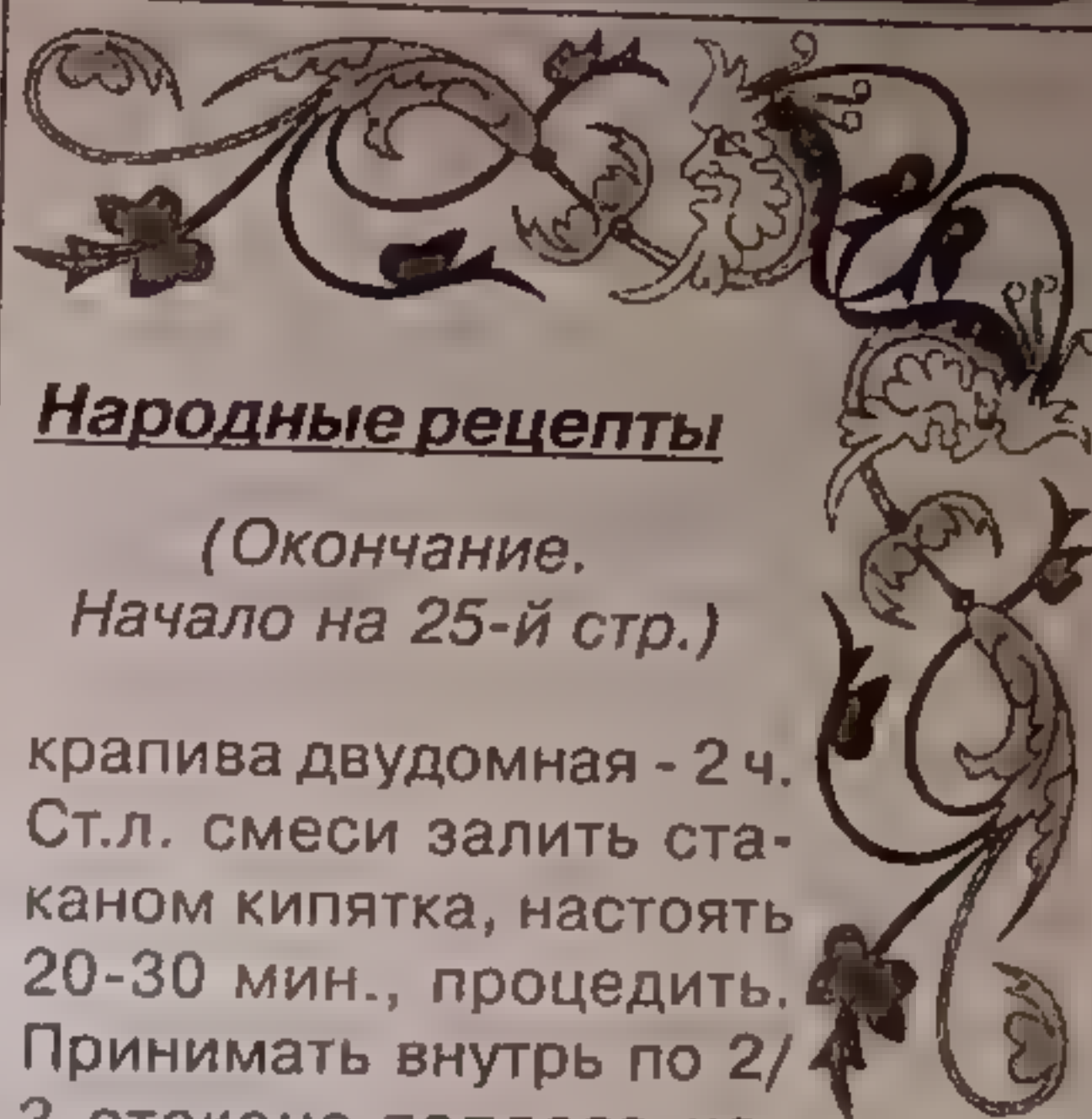
Способ применения: обычно используется Гепар 6 или 12. Частота и способ приемов, как и у предыдущих препаратов.

Наконец, **Плантаго, препарат подорожника.** Боли, требующие этого назначения, могут быть острые, воспалительные, хронические или невралгического происхождения, то есть связанные не с воспалением, а с невралгией.

Если острые, то они обычно колющие и простреливающие, распространяются и отдают даже в ухо. При них, подобно болям Меркурия, имеется сильное слюноотделение, но нет такой выраженной жажды. Кроме того, имеется очень сильное покраснение десен, которые воспалены и кровоточивы.

Всякой зубной симптоматике у Плантаго может сопутствовать выраженное усиление и учащение мочеиспускания. А у детей это проявляется ночным энурезом, то есть недержанием мочи.

Способ применения: обычно используется Плантаго 3 или 6. При острых болях приемы и частота, как и у предыдущих препаратов. Его можно также чередовать и сочетать с приемами любого из них. При хронических болях способ приемов такой: по 5—7 горошин 1—2 раза в день (утром натощак и на ночь). Перерывы в приемах делаются на каждый третий или четвертый день.



Народные рецепты

(Окончание.
Начало на 25-й стр.)

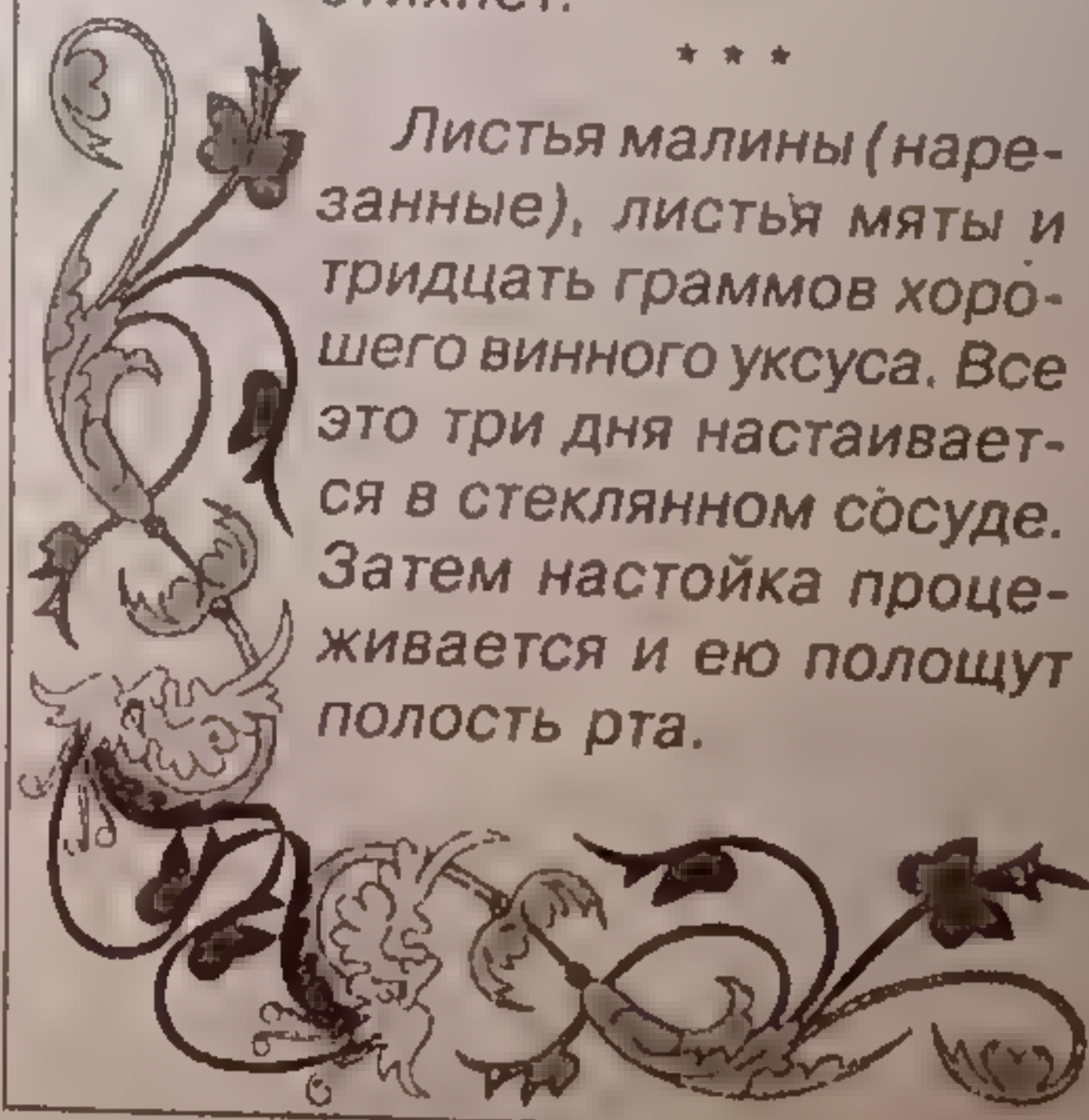
крапива двудомная - 2 ч. Ст.л. смеси залить стаканом кипятка, настоять 20-30 мин., процедить. Принимать внутрь по 2/3 стакана теплого настоя 3 раза в день за 15 мин. до еды.

ОТ ЗУБНОЙ БОЛИ

Если болит зуб, то боль исчезнет, когда положите на него ватку, смоченную **настойкой березовых почек.** Для приготовления настойки берут 50 г сушеных березовых почек и 0,5 л водки. Настаивают 10 дней, затем процеживают. Если не хотите настаивать на водке, то можете заварить из расчета одна ст.л. на стакан кипятка. Пить по четверти стакана трижды в день до еды. У вас нет сушеных березовых почек? Используйте сушеные березовые листья. Рецепт тот же.

Взять ломтик свиного сала (свежего или соленого). Если сало соленое, то соль необходимо счистить. Этот ломтик кладется на больное место между десной и щекой. Держать ломтик во рту минут 15-20, пока боль не стихнет.

Листья малины (нарезанные), листья мяты и тридцать граммов хорошего винного уксуса. Все это три дня настаивается в стеклянном сосуде. Затем настойка процеживается и ею полощут полость рта.



Старайся и в горькие минуты сохранять присутствие духа

ПАУТИНА АЛКОГОЛИЗМА

Каждый раз, знакомясь с ежедневными сводками совершаемых преступлений, волей-неволей фиксируешь внимание на том, что неукоснительно растёт количество бытовых преступлений, совершаемых в отношении самых близких людей, жизнь без которых еще вчера казалась пустой, лишённой всякого смысла. Почему же так получается? Что заставляет поднять руку, а порой и лишит жизни того, кто был так дорог, с кем делились горю и радостью? За сухими цифрами сводок - всегда подлинная человеческая трагедия.

титься не хотелось, потому что и так еле семья концы с концами сводит. Беда в том, что пасынок понимать этого не хотел, деньги он считал лишь мостом между ним и сорокаградусной «подругой».

- Колись, старый. - миролюбиво посоветовал Лёха, - я сбегаю.

- А у самого-то что ж?

ТРАГЕДИЯ ОТДЕЛЬНО ВЗЯТОЙ СЕМЬИ

С первым мужем Тамара З. разошлась на почве того же пьянства. Хотя сама женщина не прочь была принять стопарь-другой, но пьяные выходки мужа порядком надоели. После развода с Тамарой остался сын Лёшка - мальчонка с сонными глазами и вечно приоткрытым ртом добродушного простака. Время шло, пацан рос, и вскоре мать заметила, что сын её не такой, как все, - сторонится сверстников, добродушность куда-то исчезла, уступив место молчаливой угрюмости, а затем во взгляде Лёшки стали проскакивать какие-то искорки злобы. Первыми забили тревогу учителя. Мальчик явно отставал в развитии, тяги к учебе не имел, по несколько дней не посещал школу. Матери спокойно и ненавязчиво посоветовали обследовать паренька. Врачебная комиссия пришла к выводу: Лёшка - умственно отсталый ребёнок. Скорее всего сказались вечные пьянки отца. Поплакала Тамара, поплакала, да куда от судьбы уйдешь? Оно ведь хоть и кривое, да родное - гласит народная мудрость. Пенсию по инвалидности детства мать оформила сыну без хлопот.

Всерьёз пить Алексей начал в 17 лет - впервые пришёл домой «на рогах». Когда мать попыталась прикрикнуть, поднял на неё свинцовый взгляд налитых кровью глаз и молча сжал кулаки. Умом парень не выдался, зато силушкой Бог не обидел. Тогда Тамара впервые всерьёз испугалась, поняв, что в сыне начали шуметь дурные, пропитанные алкоголем, батины гены. Кто-то из товарок нашептал Тамаре, что лучше бы ей выйти замуж. Как-никак мужик в доме появится; и в хозяйстве подспорье, да и пацан в сложном возрасте - приструнить не помешает. Так в доме Тамары появился ещё один человек, Николай С. - местный вдовец пятидесяти лет. Жить стали втроём,

Лёшка, вроде, притих, хотя время от времени бросал на отчима злобные взгляды.

Минуло почти пятнадцать лет, а в семье Тамары всё было по-прежнему, разве что Николай, выйдя на пенсию, тоже начал попивать горькую. Благо собутыльников искать на стороне не требовалось - всегда под рукой для такого дела имелся повзрослевший уже тридцатилетний Алексей. Этому, надо сказать, жилось вовсе недурственно. Пенсию по инвалидности выплачивали аккуратно, никаких стрессов, связанных с учёбой, работой или армейской службой не было и не предвиделось - от всех трудностей и бед заслонила его справочка, в которой чёрным по белому значилось, что предъявитель её, Алексей З., является человеком умственно неполноценным, ну и что там ещё в таких случаях пишут. Целыми днями болтался инвалид, ставший уже к тому же алкоголиком, по селу иногда один, иногда в компании таких же «уважаемых», в смысле уважающих друг друга мужиков, в поисках халявной выпивки или шальных денег. Если удавалось чего раздобыть, устраивали небольшой праздник душе путём алкогольного возлияния и вялого трёпа - иных развлечений подобный контингент, как правило, не знает. И всё же Лёха чувствовал себя в компании на привилегированном положении, братва завидовала, как же - имеет человек пенсию, хоть небольшую, но постоянную, а это в наши дни немало. Пенсии получали отчим и мать, потому в доме иногда устраивались небольшие семейные застолья с неизменной бутылкой.

...Отчим с пасынком приканчивали вторую поллитровку, и каждый отчётливо понимал, что брать придётся третью, но финансы... Свою пенсию Лёха давно пропил, а Николаю тра-

ТРАГЕДИЯ ОТДЕЛЬНО ВЗЯТОЙ СЕМЬИ

- Голяк!

- Куда ж подевать успел? - Отчим знал, куда деваает деньги его пасынок, но спросил просто так, чтобы не молчать.

- Долги раздал, - нагло улыбнулся Алексей.

- Знаю я твои долги! - закричал Николай. - Пробухал всё с дружками, вот к ним и катись! А я больше не дам!

- Не дашь, значит? - с этой фразой Алексей бросился на отчима. Мужики, сцепившись, покатались по полу, нещадно колотя друг друга.

Алексей вскочил первым. Быстро окинул взглядом комнату. На глаза попался молоток. Зачем-то его недавно вытащили из ящика с инструментами. Схватив его, Лёха что было силы опустил инструмент на голову отчима. Раз, другой, третий...

- Что у вас там за шум? - спросила мать, когда сын вошёл в комнату, где она смотрела телевизор.

- Убил я его... мужа твоего, значит... отца своего, - едва ли не впервые Алексей назвал Николая отцом...

Когда Лёху забирали, бабы шептались:

- Вот до чего водка доводит, не приведи Господи.

Валерий ВЕСЕЛОВ

Настоящим
сообщаем
адреса клубов
им. Шичко:
г. Запорожье,
ул. Ленина, 64.

В Донецке запись.
Справки по тел.
(0622) 55-56-11

ВОЗ: «Мир охвачен эпидемией»



Эксперты ВОЗ решили принять серьезные меры для снижения количества людей с избыточным весом в связи с тем, что ожирение приобретает масштабы эпидемии.

На ежегодном собрании ВОЗ была освещена проблема ожирения у детей в развивающихся странах.

«По нашим оценкам, в мире насчитывается 22 миллиона детей младше пяти лет, страдающих от ожирения», - сообщила Мэри Беллици, эксперт международной рабочей группы по ожирению (International Obesity Task Force).

Исследование показало, что в

некоторых районах Африки ожирение у детей стало большей проблемой, чем истощение. «В Африке 0,7% детей страдают от истощения, тогда как избыточный вес отмечается более чем у 3%», - сообщил Невил Ригби (Neville Rigby), директор по связям с общественностью международной рабочей группы по ожирению.

Эксперты ВОЗ сообщают, что в мире насчитывается 300 миллионов людей, страдающих ожирением, и 750 миллионов людей с избыточной массой тела. Только в США проблемы с весом имеют 60% взрослого и 13% детского населения. Беллици сообщила, что в Египте, Чили, Перу и Мексике от ожирения страдают более 25% детей. В Замбии и Марокко эти цифры колеблются от 15 до 20%.

«Пора предпринимать серьезные меры. Одних только информационных акций оказалось недостаточно», - считает Беллици.

«Эксперты ВОЗ разработали две стратегии. Первая заключается в правильном информировании населения о здоровом питании. Вторая подразумевает коррекцию жестко-

го маркетинга компаний, который не дает людям возможности сделать правильный выбор», - заявляет доктор Дерек Йах (Derek Yach), исполнительный директор отдела ВОЗ по неинфекционным заболеваниям и психическому здоровью.

«Необходимо обратить особое внимание на производство сахара и масла. Мы должны быть уверены, что еда, оказываемая на прилавках магазинов, содержит пониженное количество жиров, углеводов и соли», - подчеркнула Беллици.

«Мы считаем, что до принятия решений должны быть проведены совещания с представителями компаний пищевой индустрии, которые уже выразили свою готовность к сотрудничеству. Положительным моментом стало согласие многих компаний изменить политику рекламных акций, но мы надеемся, что они также сделают здоровую пищу более привлекательной и доступной для молодого поколения», - сообщает Йах.

Вакцинировать от оспы в России будут всех

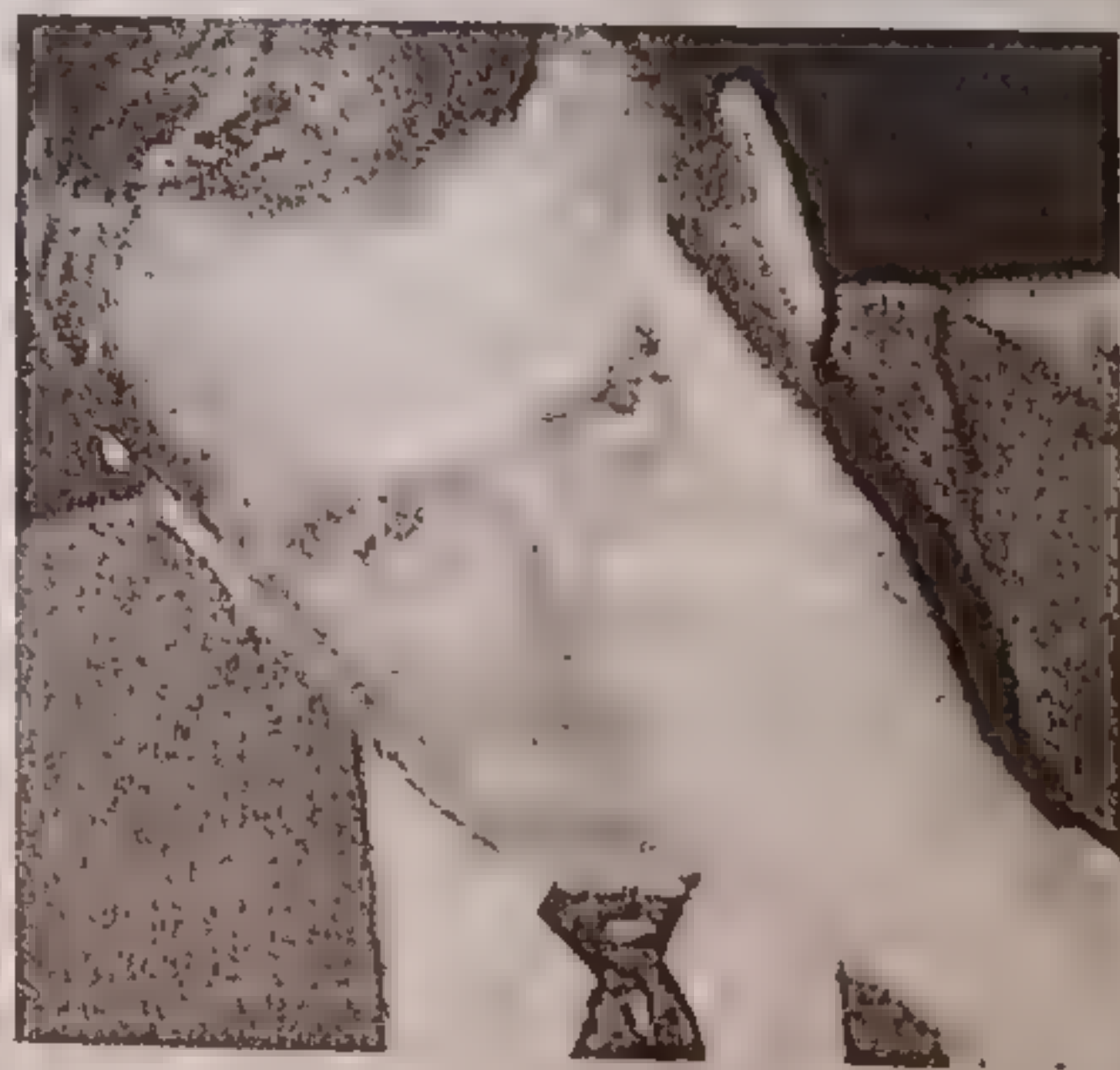
На проходящей в Женеве Всемирной ассамблее здравоохранения российская делегация выступила с инициативой по усилению противодействия биотерроризму, сообщает РИА «Новости». В первую очередь, как заявил министр здравоохранения России и председатель делегации Юрий Шевченко, это касается проблемы натуральной оспы, которая может стать идеальным оружием.

На встрече с главой американской делегации министром здравоохранения и социальных служб Томми Томпсоном основное внимание было уделено именно этой проблеме. Министры обсудили возможность интенсификации работы над получением новой, более

эффективной вакцины от натуральной оспы, которая может быть создана на основе хранящихся в запасниках России и США образцов вируса.

Как заявил Юрий Шевченко, «двадцать лет мы не прививаем население против оспы, а она по своей опасности - это не сибирская язва». Он полагает, что в случае применения вируса в качестве биологического оружия население планеты останется абсолютно беззащитным. Таким образом, при встрече с американским коллегой министр уделит внимание обсуждению проблем биотерроризма и обеспечения безопасности.

Шевченко подчеркнул, что нужно как можно скорее приступить к вакцинации. Причем прививочная кам-



пания должна охватывать не только людей из группы риска, в частности работников животноводства и биотехнологических предприятий. Необходимо «думать обо всех, как это было раньше». Однако министр отметил, что вакцинация начнется только с появлением новой безопасной вакцины.

Книжная ученость - украшение, а не фундамент

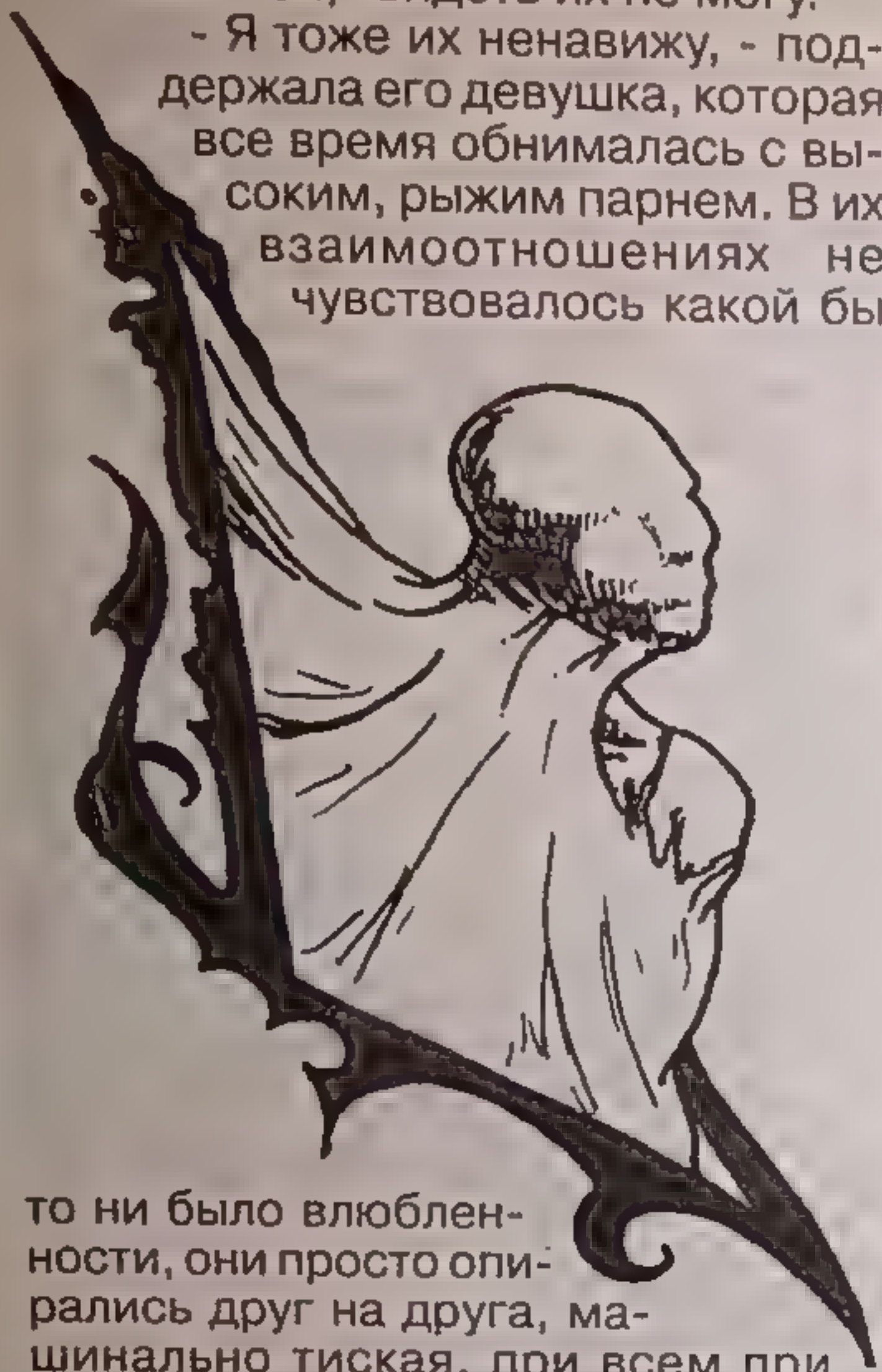
(Окончание. Начало в № 11)

ПРИТОН: сюда приходят и наркоманы и алкоголики

Студент нервно дернулся, видимо его раздражала ее бесцеремонность.

- До чего противные эти алкаши, - сказал он, - видеть их не могу.

- Я тоже их ненавижу, - поддержала его девушка, которая все время обнималась с высоким, рыжим парнем. В их взаимоотношениях не чувствовалось какой бы



то ни было влюбленности, они просто опирались друг на друга, машинально тиская, при всем при этом были поглощены своими внутренними ощущениями, которым отдавались всецело, без остатка.

- У меня отец алканавт, - сказала она, - как является домой - это не передать, мы с матерью всегда по чужим людям да по сараям прячемся от него. Однажды не успели убежать, так он на наших глазах всю мебель порубал, даже печку газовую топором побил. А утром протрезвел, смотрит на дело рук своих и глазам не верит. Стоит посреди комнаты глазами хлопает, как идиот.

- Что бы вы не говорили, - сказала девушка под хмельком, - но наркомания намного страшнее. По телевизору говорили, что это медленная смерть.

- По телевизору все врут, - сказал студент, - хотя, впрочем, это - правда. Человек себя разрушает, и ничего с этим поделать не может.

- Мне кажется, все-таки можно бросить, - сказала девушка, привлекая к себе рыжего парня.

- Так брось. Чего ты до сих пор не бросишь, Ира. Уже проколола, наверное, все. Что ты сейчас из дому выносишь? - поинтересовалась Анжела.

- То, что ты выносила: ковры, хрусталь. Один ковер у тебя

моя мать купила.

Тот, который ты потом продала. Раздался дружный хохот. Смеялись и Анжела с Ирой. С некоторой долей осуждения они стали говорить о своих злодеяниях, сочувствуя своим мамам.

- Моя мама всю жизнь проработала завмагом. Все в дом старалась приобретать, а я все из дому выношу. Сначала ковры, потом хрусталь, теперь вот за дорожки принялась, вздохнув, сказала Анжела.

- А когда ничего не останется, что делать будешь? - спросила Ира.

- То, что и ты. Работать пойду. Опять раздался хохот.

- Я вот все понимаю, - начала Ан-

желе, - заточка уже не та. Принесли шприц, он был один на всех.

- А что больше шприца нет? - спросила Ирина.

- Да какая разница, - сказала Оксана. - Не все ли равно.

- СПИД же сейчас, - попыталась она робко возразить.

- Плевать, - сказал студент, и наступила тишина. Каждый ушел в себя. Все словно застыли на время. Кто лежал на полу, кто сидел, прижавшись спиной к стене. Полусонное состояние овладело присутствующими, они словно погрузились в иной мир, где все происходило в перевернутом виде, напоминающем то ли сон, то ли бред. Анжела сидела, при-

НАРКОМАНКА

жела, - знаю, что поступаю как последняя сволочь, а сделать с собой ничего не могу.

- Силы воли у тебя нет, - многозначительно сказала Ирина.

- А у тебя есть?

- У меня тоже нет. Наркоманы - люди безвольные. Мы как зомби. Нами словно кто-то управляет, мы ведь действуем не по своей воле. Я хочу делать одно, а делаю совсем другое. Иногда даже плачу от своей беспомощности. Хочу с сыном поиграть, а вместо этого срываюсь и бегаю по поселку как потерпевшая в поисках ширы.

- Как же так можно! - возмутилась девушка под градусом.

А что ж ты такая умная и бухаешь, - не удержалась Анжела. - Всех учишь, сильно деловая? Думаешь, ты лучше?

- Думаю, лучше, - без тени сомнения заявила она.

- Давайте ее уколем, - кто то сказал. Идея понравилась, девушку схватили, надушили и укололи. Сначала она подумала, что с ней шутят. Она пыталась сопротивляться.

- Вы что? Озверели. Я ведь не хочу. Оставьте меня. Затем затихла, ее тело обмякло, расслабилось.

- Приход пошел, - сказали ребята, которые ее держали. Спустя какое то время девушка, действительно, преобразилась. Уже не было той резвости, она стала вялой, безразличной, и в глазах появился тусклый, матовый свет.

- Вот другое дело, - сказал студент, - у нее теперь более приличный вид, а то смеется как потерпевшая.

- Да, - согласились все присутствующие,

слонившись к спинке дивана, ее глаза стали стеклянными, она словно опустилась в темную бездну, разорвав связь с реальностью. Когда стали расходиться, Ирина, нечаянно задев ее, вскрикнула: «Ой, что это с ней?» Анжела все так же сидела и немигающим взглядом смотрела куда то в даль.

- Анжелка, ты что? - испуганно позвала ее Оксана - но ответа не было. Ее стали тормошить, она не реагировала.

- Она в коме, - сказал студент, - нужно что-то делать.

- Может она уже мертвая? - спросил в страхе хозяин квартиры.

- Пульс хоть и слабый, но прощупывается и дышит, - успокоил студент, - ее надо срочно в реанимацию, что бы как можно скорее вывести из этого состояния.

- Быстро все расходитесь, - сказал студент, - мы останемся с Оксаной и вызовем «скорую». В больнице сразу написали список лекарств и стали рассказывать, сколько надо уплатить за капельницу, анализы и другие услуги.

- Мы ей не родственники, мы посторонние, - объяснял студент.

- Вы что такое, молодой человек, говорите, - возмутилась дежурная врач, - ее нужно спасать, а не торговаться.

Врач никак не могла согласиться с тем, что у больной не было денег. А Анжела тем временем почувствовала облегчение, она словно выбралась из темной ямы и увидела свое тело, которое распласталось на кровати в приемном покое, рядом врача, беседующего со студентом. Присмотревшись, Анжела заметила, что ее кожа покрыта серовато-грязной пленкой,

ПУТЬ В НИКУДА

на которой ползали отвратительного вида насекомые. Над головой кружилось темное облачко, перекрывающее вход светлomu лучу, спускающемуся к ней, но облако не давало, и еще по ней ползало грязное пятно мерзкого вида. Это пятно напоминало разлитые чернила. Анжела с ужасом обнаружила, что пятно все время меняет форму. Вдруг оно приобрело облик человека. Ей захотелось бежать, и она ощутила сильный порыв ветра. Она была уже далеко от своего тела. С огромной скоростью неслась она по темному туннелю, пролетая через какие то отсеки. Туннель был неоднородный и состоял из бло-

ким светом. Там сидели люди в странных одеждах, напоминающих сутаны с белыми воротниками, головные уборы у них были высокие, как у монахов.

- Рассказывай, - сказал один из них, вероятно, самый старший.

- А что рассказывать? - спросила она и замолчала.

- Ей сказать нечего, - обратилась ко всем присутствующим женщина с очень красивым лицом. Это тот случай, когда жизнь не имеет смысла, - заключила она.

- Развоплощать, - сказали все присутствующие и к ней направились несколько человек, которые до этого стояли у стены. Ее уложили на огром-

- Возвращайся, тебя сын ждет. И помни, второго раза не будет. Ты слишком долго испытывала терпение всех. Но тебе дали еще один шанс. Это было великодушно с их стороны.

Анжела опять оказалась в туннеле, и по мере того как она проходила отсеки, забывала все, что ей открывалось.

Что-то вязкое, темное поглотило ее, и она почувствовала тяжесть и боль, ей захотелось вырваться на свободу. Анжела попыталась вызвать у себя те ощущения, которые испытывала недавно, но ничего не получалось.

- Кажется, приходит в себя, - услышала она над собой голос.

- Не понимаю, зачем этих наркоманов нужно спасать. От них избавляться надо. Они сеют вокруг себя одни несчастья.

- Медицина у нас гуманна, - ответили тому, кто так безжалостно хотел избавляться от наркоманов.

Анжела попыталась пошевелить пальцами, они не слушались. Она лежала раздавленная, разбитая и вспоминала все, что с ней произошло, стараясь сохранить это в памяти. Ее болезненное самолюбие, бурно реагирующее на мельчайшие проявления неуважения к ее персоне, на этот раз осталось безучастным, она пропустила мимо ушей слова, прозвучавшие над ней. Анжела знала, что ее спасут, и она выйдет из больницы. Вот только не знала, как будет жить дальше, слишком тяжелый груз нужно будет свалить с себя, победить болезнь, въевшуюся в каждую клеточку ее тела, проникшую в мозг и вычерпывающие из нее все силы, болезнь, отравляющую сознание и парализующую волю, сделавшую из нее зомби, агрессивного и жестокого. Хватит ли у нее на это сил?

Светлана САЛЮК



ков. Когда она пролетала очередной блок, ее взору открывались странные картины. Анжела видела внутренним зрением вещи, которые раньше были ей недоступны, вся земная жизнь проносилась перед глазами. Она видела причину многих явлений и то, что движет жизнью. Видела, как тоненькой змейкой разливается энергия по телу людей. Когда забивается канал, эта энергия начинает искать выход, меняя траекторию пути. Видела свою пораженную поджелудочную и в ней замершие клетки, составляющие небольшие островки. На них словно была наложена печать, отчего они перестали работать. Пролетая следующий отсек, слышала разнообразные голоса, ей стали понятны все языки. Все это было восхитительно. Она не переставала удивляться и говорить себе: «какая же я теперь умная».

Постепенно туннель стал освещаться и закончился. Яркий свет ослепил глаза. Она оказалась в саду. Огромные деревья возвышались среди красивых строений. У входа в один из домов стоял ее отец. Анжела подошла к нему и сказала.

- Папа, ты же давно умер.

- Да это было давно, ты еще маленькая была.

- Папа, а чего ты не радуешься, что мы встретились, мама рассказывала, что ты меня любил.

- Мне очень грустно. Я не думал, что ты так расправишься своей жизнью. А теперь иди, тебя ждут.

Анжела вошла в здание, к ней приблизилась фигура, вся в черном, и провела в большой зал, залитый яр-

ный стол, стоящий посреди зала. Начали с рук. Разбирая их по частям, отделяли каждую косточку. И тогда она поняла, что никогда больше не сможет жить. Она вспомнила своего маленького сына, его огромные голубые глаза, которые смотрели на нее со страхом и нежностью, и с ужасом подумала, что его не увидит. Последнее время она не уделяла ему внимание, все как-то не до него было, ей казалось, что еще успеет, все впереди. Дикий крик потряс наступившую тишину. Анжела кричала как раненое животное.

- Ну, пожалуйста, я прошу вас, поверьте мне еще раз! Умоляю, дайте шанс, последний раз! Я поняла, так нельзя жить, но не уничтожайте меня! Все теперь у меня будет иначе. Я все сделаю, я буду человеком. У меня ведь сын, он маленький, он нуждается во мне.

- Ты не выполняла ни материнский долг, ни дочерний. Твоя душа стала превращаться в камень. И твоя жизнь потеряла смысл.

- Поверьте, еще раз, последний! Я не хочу так умирать! Я все исправлю! Человек, сидящий в центре стола, поднял руку, те двое, которые разбирали ее, отступили.

- Иди, сказал он, - мы даем тебе еще один шанс. Только, запомни, он последний.

Все тот же человек провел ее, и она вышла из помещения. Отец стоял на том же месте.

Анжела подошла к нему и обняла его.

- У вас здесь хорошо, сказала она, - я бы осталась.

Дружите с умным, ибо друг-дурак порой опаснее, чем умный враг

МЕД С УКСУСОМ РЕШАТ И ВАШИ ПРОБЛЕМЫ

Однажды я зашла к подруге и увидела на полке книгу Маргота Хельмиса «Яблочный уксус — волшебный эликсир здоровья», а в ней — раздел «Боль в горле». Оказывается, причиной болей являются стрептококки. А яблочный уксус и мед сдерживают развитие воспаления, обладают антибактериальными свой-

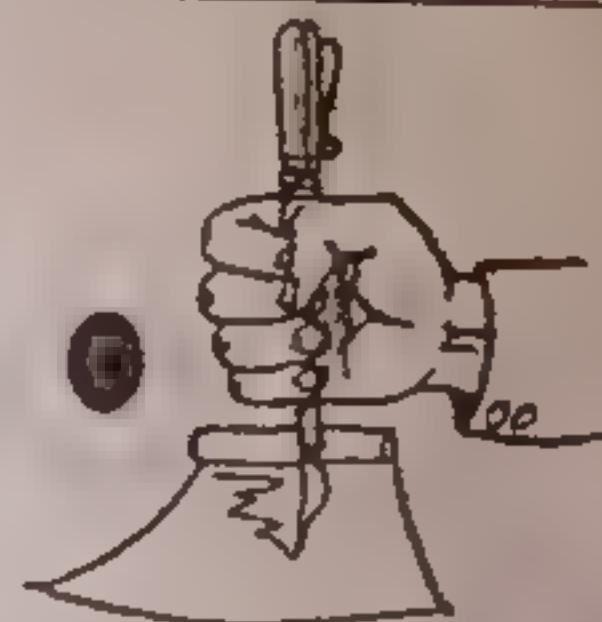
ствами. И смесь этих продуктов считается эффективным средством при простудных заболеваниях. По совету автора книги я тщательно смешивала 1/4 ст. меда с таким же количеством яблочного уксуса и принимала через каждые 3 часа по 1 ч. л. смеси. Носила ее с собой на работу в стеклянной баночке. И так бук-

вально за 2-3 дня избавилась от проблем с горлом.

С тех пор взяла себе за правило: ежевечерне выпивать по 1 ст. теплой воды с растворенными в нем 2 ч. л. яблочного уксуса и 2 ч. л. меда. Такой напиток хорошо укрепляет иммунитет.

Инесса КОТЛЯРОВА,
г. Гомель.

Нам пишут...



Я исцелился от алкоголизма и вам советую

Хочу поделиться с вами и читателями газеты своими новостями. Я был «горький» пьяница, хотя так и не думал. Но не имел ничего — квартиру свою пропил. Стал бомжем-алкоголиком. Долго так жил.

И вот произошел переворот во мне. Надоела мне эта грязная, голодная жизнь.

Из обрывка газеты случайно узнал о клубе им. Шичко. Решил: «Или изменю жизнь свою, или лучше не жить».

Добрался я до клуба им. Шичко всеми правдами и неправдами. Побыл там, поучился, посмотрел на людей. Я твердо решил, что пойду по пути трезвости. Так и сделал. Было трудно. Но все-таки я преодолел все. Пить перестал. Долгое время боялся, что сорвусь, вернусь на прежний путь.

Но Господь меня спас, поддержал меня в моих трудах.

Прошло некоторое время, я подработал немного денег, занялся бизнесом, сначала мелким, а сейчас уже и крупным. Я стал зажиточным человеком. Конечно, не все так скоро делается, как сказывается, но я зажил новой жизнью. И за все это спасибо клубу им. Шичко, газете «Самоисцеление и долголетие». Благодарен всем вам. Желаю вам счастливой жизни, здоровья, добра.

Василий ГНЕДАШ

г. Горловка

Помогла люстра Чижевского

С детских лет я болел, часто пропускал уроки, организм мой был очень слаб: простуды бесконечные, температура до 40 градусов, болело горло. Это было постоянно, прямо по какому-то невидимому графику. Взрослел я и выросли мои болезни.

Точно также происходит и с моим сыном. Мальчик вял, всегда низкое давление, пошаливает сердечко, часто подвергается простудам.

Долго мы мыкались, пока не прочитали в «СД №2» о чудо-люстре Чижевского. Теперь я могу подтвердить: действительно это чудо-люстра, дающая нам здоровье и, естественно, радость и счастье. Мы с сыном забыли о своих болезнях, нас ничто не беспокоит. Теперь, слава Богу, нам не нужны больницы, санатории и профилактории с их сумасшедшими ценами. Одна люстра Чижевского этого всего стоит.

Спасибо редакции за помощь, за люстру. Вы помогаете людям и очень им нужны!

Всего вам самого доброго.

С низким поклоном Игорь Донченко

г. Полтава

У меня исчезла красная сетка кровеносных сосудов на лице

Статья в «СД» «Исцеляющая сила — лечебная грязь озера Чокрак» привлекает внимание читателей, особенно читателей-ниц. Я тоже прочитала в Вашей газете о грязи оз. Чокрак, заказала себе и делала рекомендуемые маски.

Дело в том, что у меня часто, особенно весной и осенью, появляются на лице, шее, руках, груди, ногах красные пятна, гнойнички. Появляются они и от приема некоторых лекарств, например, когда я пью пирасетам, я покрываюсь пятнами размером в копеечную монету. Пыталась пользоваться травами, но мне ничего не помогало.

Наконец, я прочла в «СД» небольшой материал о грязи озера Чокрак и купила ее себе. Сделала маски по рекомендации. И уже после 3-х масок началось улучшение: пятна, гнойнички, шелушащаяся кожа на ногах стали бледнеть и к концу лечения (10 масок) исчезли совсем. Сейчас у меня чистая, гладкая кожа. Я не переживаю, когда мне надо, как говорится, выходить на люди, за что я очень благодарна редакции.

Наталья Афиногенова

г. Днепропетровск

ПОЛЕЗНАЯ СТРАНИЧКА

КОНКУРС ДЛЯ ПОДПИСЧИКОВ УСЛОВИЯ

Участвуют читатели газеты, подписавшиеся не менее чем, на 6 месяцев.

1. Необходимо собрать отрывные талоны газет с №7 по №12 за 2002 год (итого 6 штук.)

2. Заполнить произвольно клеточки



ОТРЫВНОЙ ТАЛОН

№12

3. В этом номере мы публикуем **особый купон**, который необходимо в произвольном порядке заполнить и выслать в редакцию по адресу: **83087, г. Донецк, а/я 2314, (в России - 111141, г. Москва, а/я 473, Краснобельмова Н.Б.)**, вместе с копией квитанции о подписке.

4. Все победители будут награждены главным призом: «ЛЮСТРОЙ ЧИЖЕВСКОГО».

ОСОБЫЙ ТАЛОН

Участвуют отрывные талоны газет
с №7 по №12 за 2002 год.
Высылать до 9 июля 2002 года

ПРИМЕР ЗАПОЛНЕНИЯ

№				
№				
№				
№				
№				
№				

№9	○	×	○	
№8	○	○	×	
№10	×	○	×	
№11	○	×	×	
№7	×	○	○	
№12	×	×	○	

Дорогие читатели!

Чтобы купить предлагаемые нами товары для здоровья, Вам необходимо выслать почтовым переводом необходимую сумму по адресу: **83087, г. Донецк, а/я 2314, получатель - Колесник К. С.** На почтовом переводе указать: за что оплачено, сколько, обратный адрес и телефон.

Ниже приводим таблицу цен.

Получение в течение после получения денежного перевода	15 дней	40 дней
1. Люстра Чижевского	450 грн.	400
2. Грязевые маски озера Чокрак	20 грн.	
3. Йод - актив	20 грн.	

ПАРОЛЬ «НАСТРОИ НА ВЫЗДОРОВЛЕНИЕ»

Дата рождения	Имя
Пароль	

ПАРОЛЬ «СНИЖЕНИЕ ИЗБЫТОЧНОГО ВЕСА»

Дата рождения	Имя
Пароль	

ПАРОЛЬ «ДЛЯ ЖЕЛАЮЩИХ БРОСИТЬ ПИТЬ»

Дата рождения	Имя
Пароль	

ПАРОЛЬ «ЛЮБОВЬ»

Дата рождения	Имя
Пароль	

ПАРОЛЬ «СЧАСТЛИВОЕ ЧИСЛО»

Дата рождения	Имя
Пароль	

ПАРОЛЬ «НА ДЕНЬГИ»

Дата рождения	Имя
Пароль	

Слова-пароли - это фактор поддержки своего психометрического кредо в момент преодоления тех или иных препятствий в достижении успехов при движении к желанной цели.

Чтобы заработал пароль, он должен быть индивидуален и его лучше четко астрологически и энергетически определить.

Мы можем помочь Вам в этом, если Вы вырежете вышеприведенный купон и вышлите на наш адрес вместе с почтовым переводом на 5 гривень за каждый пароль (в случае заказа 3-х паролей стоимость составит 12 грн., 6-ти - 22 грн.).

Для России: стоимость услуги - 25 руб. за каждый пароль (в случае заказа 3-х паролей стоимость составит 60 руб., 6-ти - 110 руб.).

Льготы для подписчиков газеты: в Украине стоимость услуги 2 грн. за каждый пароль (в случае заказа 3-х паролей стоимость составит 5 грн., 6-ти - 10 грн.). В России 15 руб. за каждый пароль или 25 руб. - за 3 пароля и 48 руб. за 6 паролей. **Только не забудьте выслать также копию квитанцию о подписке.**

Деньги переводить по адресу:

В Украине: 83087, г. Донецк, а/я 2314, Колесник Ксении Станиславовне.

В России: 111141, г. Москва, а/я 473, Краснобельмовой Нине Борисовне.

ВНИМАНИЕ! В письмо не забудьте вложить конверт с обратным адресом. Марок должно быть две.

Помните! Что Ваше личное благополучие находится только в Ваших руках, и, используя наши советы, достичь его не составляет особого труда!

АСТРОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОГНОЗ НА ВТОРУЮ ПОЛОВИНУ ИЮНЯ

ВЕДЬ ЕСЛИ ЗВЕЗДЫ ЗАЖИГАЮТ — ЗНАЧИТ ЭТО КОМУ-НИБУДЬ НУЖНО

В ДЕЛАХ

Весь июнь правят бал эмоции. Это следует помнить тем, кто планирует принятие важных решений на этот период. Во всех делах как нельзя кстати пригодится пословица: "Семь раз отмерь, один раз отрежь".

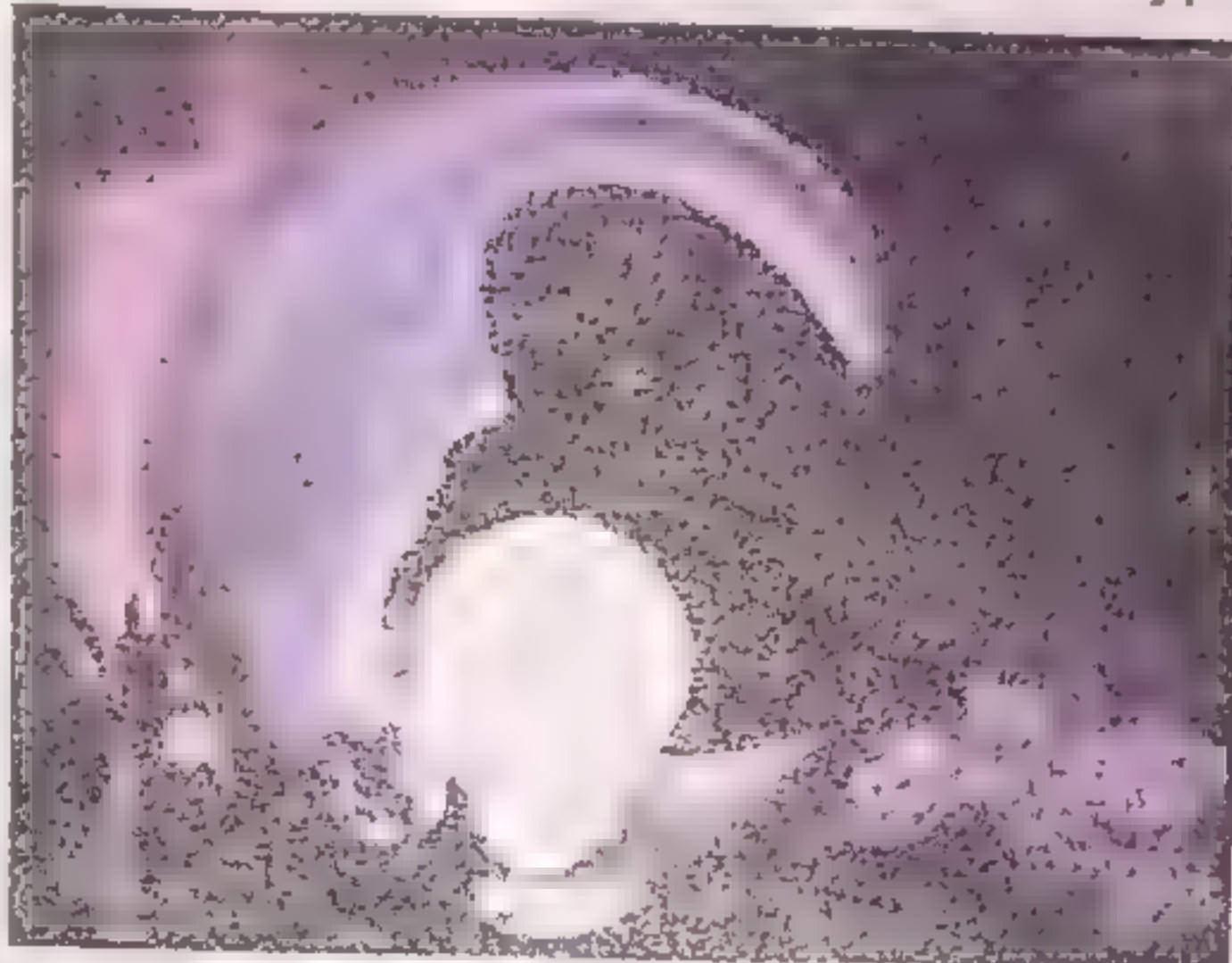
25 июня произойдет лунное затмение. 3 дня до и 3 дня после него чреваты эмоциональными срывами, ухудшением самочувствия и неадекватной оценкой происходящих событий. Постарайтесь не ссориться с близкими, а эмоциональные вспышки окружающих людей воспринимайте хладнокровно: закончится влияние затмения и все забудется. По возможности, постарайтесь провести эти дни спокойно. Особенно остро влияние нынешнего затмения ощутят на себе Раки и Козероги, а также те люди, в гороскопах которых эти знаки сильно выделены.

ОТДЫХ

С 15 июня по 10 июля положение Венеры во Льве предполагает время, благоприятное для отдыха, увеселений и романтических приключений. Не стоит планировать жесткий график на работе для себя и сотрудников. Даже если Вы будете одержимы трудовым энтузиазмом, окружающие могут не поддержать Ваши планы, поскольку будут настроены несерьезно. Значительную долю рутинной работы было бы лучше перенести на период после 10 июля — она будет выполнена более качественно. А сейчас, если возможно, расслабьтесь и веселитесь.

О деньгах не беспокойтесь. Каким-то чудом именно на развлечения деньги будут находиться. В той или иной степени праздничный от

печаток ляжет на все дела, начатые в этот период. И, само собой разумеется, что разного рода застолья, фуршеты и презентации пройдут просто замечательно. Если в этот период у Вас завяжется любовный роман, то он наверняка будет бур-



ным и очень ярким, даже со склонностью к драматизации и "выпячиванию чувств" со стороны обоих партнеров. Начало таких отношений, как правило, очень радостное и праздничное. Но их дальнейшее развитие очень зависит от совместимости зодиакальных знаков партнеров. Такие отношения чаще всего длительные, но учтите, что они в дальнейшем будут иметь ярко выраженный годичный цикл, критической точкой которого будет являться годовщина начала взаимоотношений.

ДЕЛА СЕМЕЙНЫЕ

Хотя звезды не обещают трудового энтузиазма на работе, очень вероятно, что его придется проявить в родных стенах, даже если у Вас не будет для этого соответствующего настроения. Скорее всего, вашего внимания потребуют семейные дела: ремонт или старшие родственники. Побеспокойтесь об их здоровье уже при первых симптомах недомога-

ния, не надейтесь на "авось".

В бизнесе и в деловом отношении многие застойные дела будут постепенно сдвигаться с мертвой точки — и в июле Вы уже сможете все наверстать. Денежные проблемы, которые были актуальны в предшествующий месяц, также постепенно решатся.

ЗДОРОВЬЕ

В плане здоровья особое внимание стоит обратить на свое самочувствие людям, страдающим заболеваниями желудка, особенно — язвенникам. Лучше провести курс профилактического лечения, поскольку возможно обострение. Молодым кормящим мамам, особенно тем, у кого только родился ребенок, мы советуем уделить большое внимание профилактике мастита, поскольку в этот период возможны обострения заболеваний груди. И крайне нежелательно (без жизненных показаний) проводить оперативное вмешательство в области желудка и груди. Если есть возможность, отложите его до более благоприятного периода. Воздержитесь от операций также в дни, подверженные влиянию затмения. Они могут быть чреваты большой кровопотерей. Также в эти дни, если Вы ощущаете особую взвинченность или подавленность — попейте успокоительные отвары трав. Закончится влияние затмения, пройдет и эмоциональная напряженность. И постарайтесь также в дни, подверженные влиянию затмения, не употреблять спиртного. А водителям не стоит рисковать садиться за руль, даже выпив немного пива — дни затмения и без этого отмечены повышенной аварийностью на дорогах.

Звездочет ВЕГА

В Украине: рег. уд. КВ 2847 от 3.10.97
Учредитель и главный редактор КОСТАНДА С. Я.

В России: рег. № 018633 от 25.03.99
Учредитель Мозжухина А. Н.
Издатель и редактор: Краснотельмова Н. Б.
111141, г. Москва а/я 473

E-mail: kostanda@mail.ru; lskra_ua@yahoo.com
<http://www.zona.com.ua/www/index.htm>

Главный редактор КОСТАНДА С. Я.
Отпечатано в "Типографии Михайлова"
г. Смоленск 304597

Тираж 8500 экз. Общий тираж 18000 экз.

Мнение авторов может не совпадать с мнением редакции. Перепечатка статей — с разрешения редакции.
Рукописи не возвращаются. Просьба: не использовать газету в хозяйственных целях.
Если она вам не нужна, подарите ее друзьям или соседям.

№ 13

июль 2003 г.

Медицина. Альтернативный подход

САМО ИЩЕЛЕНИЕ ДА ОЛГОЛЕТИЕ

Основана в 1994 году, выходит 2 раза в месяц

Подписной индекс: для Украины 41332
для России 25593
99243, 15602

Чайная ложка восточной мудрости

Советы целительницы Катерины

"Меня выпечила ... фотография"

Если почки
не в порядке

Кисель в руки,
простоквашу - на голову

Клещей бояться -
в лес не ходить

Чего опасаться курортнику



№ 13 (ИЮЛЬ)
2003 ГОД
В НОМЕРЕ:

Не бросайте в воду...малышей!	2
Творить добро	3
Лаборатории мира	4
Тайны земли восточной	6
А орешки не простые	8
Катерина рекомендует	9
Спиши рецепт Внемли совету	10
Дерево в белом халате	12
Здоровье и быт	13
«Спасибо газете...»	14
Шестисотковые неудачники	15
В клещах у клещей	16
Чистим почки	18
Не надорвите животики	19
«ЧП» на суше и на море	20
Со всего света	22
Война и магия	24
Грамматика дыхания	26
Рецепты деда Матвея	28
Вопрос - ответ	29
Гороскоп на 2-ю половину июля	30
Полезная страничка	31
Трубка Аладдина	32

НЕ БРОСАЙТЕ В ВОДУ ... МАЛЫШЕЙ!

Купальный сезон в разгаре, и снова над бесчисленными водоемами, речками и прудами раздается истошный детский крик: «Мама, папа, не надо, я боюсь, выплыви меня...»

Э то начались «уроки плавания», которые проводятся у нас согласно одному принципу: брось в воду — сам выплывет.

Стресс от бросания детей в воду остается у них на всю жизнь.

Кроме того, ребенка шокирует предательство близких людей, родителей, которые для него являются самой надежной опорой и защитой. Вместо того чтобы помочь, спасти, избавить от страха, родители кричат на него: «Руками работай, ногами работай, плыви, плыви...»

Нетрудно представить, какое воздействие произведет не только на психику ребенка, но и на его физическое здоровье подобное обращение.

Существует целая группа психосоматических заболеваний, то есть заболеваний сомы (тела), вызванных психическим потрясением. К ним относятся: **бронхиальная астма, язва желудка, ревматоидный артрит и некоторые другие.** Поэтому развитие многих заболеваний внутренних органов в последующие годы может быть обусловлено подобным «обучением» плаванию вашего ребенка.

Как правило, все дети боятся воды как незнакомой и опасной для них среды.

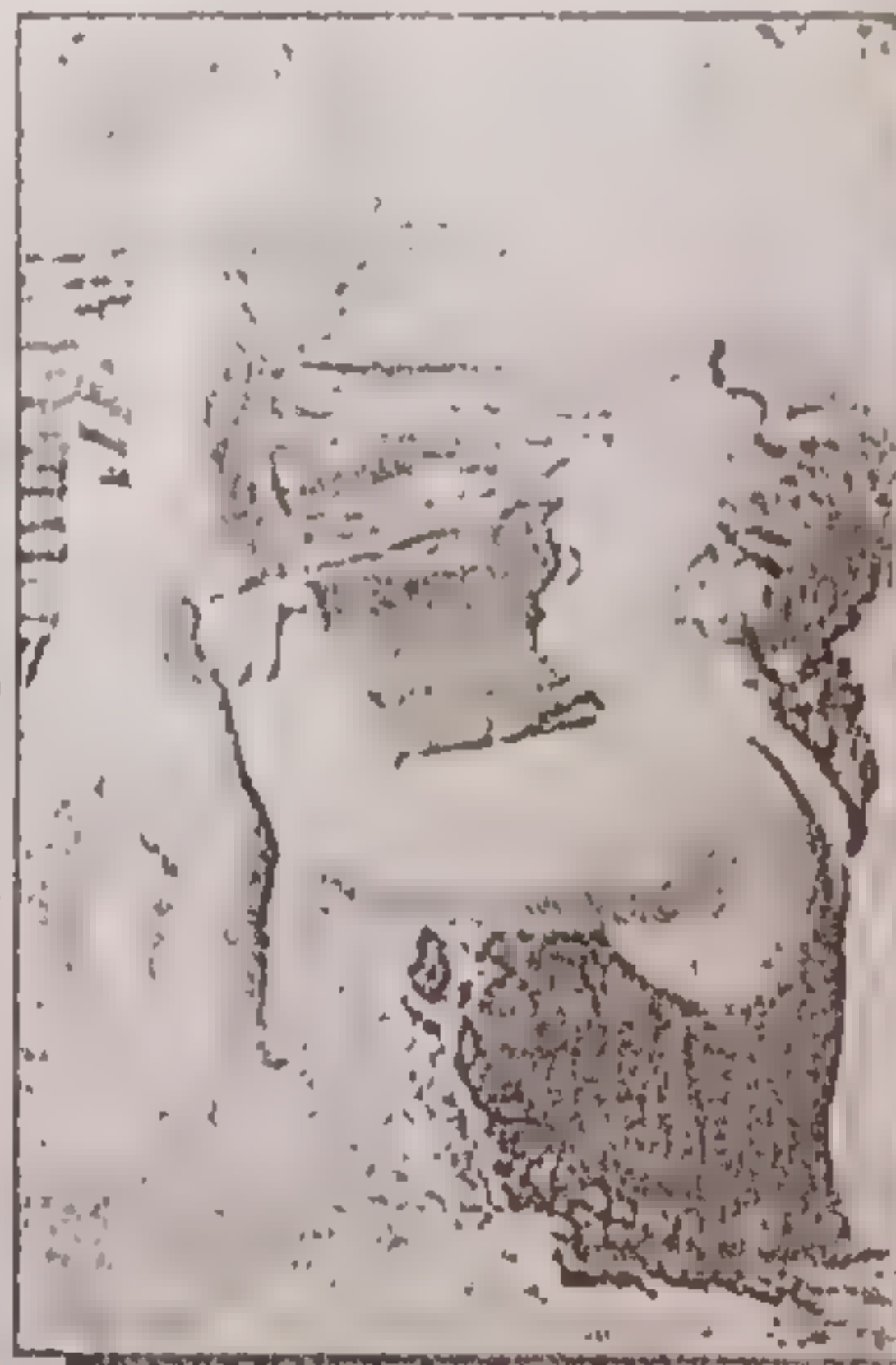
Особенно они боятся опускать в воду свое личико, что совершенно необходимо при плавании. Поэтому с самого раннего возраста, ку-

пая ребенка, необходимо приучать его лицо к воде. Спокойно и ласково ополаскивайте личико и голову ребенка теплой водой, а потом научите его опускать лицо в воду. Для этого поиграйте с вашим ребенком в «бульки». Сами опустите лицо в миску с водой и побулькайте, чтобы появились пузырьки. Ребенку это очень понравится, и он с удовольствием повторит за вами. Такая игра — один из важнейших элементов обучения плаванию, потому

что вы приучаете ребенка не бояться воды и выдыхать в воду. Скажите ребенку, что он мячик, который плавает на поверхности воды. Объясните и покажите ему сами, как сделать глубокий вдох, задержать дыхание и лежать на воде.

Однажды произошел удивительный случай. Рано утром на пруду появился мальчик лет шести с девочкой лет трех, они явно собирались купаться. Так как взрослых рядом не было, дети разделись, мальчик взял девочку за руку и сказал ей: «Не бойся, ты ложись, а водичка тебя поплывет». Дети спокойно вошли в воду, девочка действительно легла, а мальчик взял ее за руки и начал возить по воде. Они поплескались, поиграли, побрызгались, вышли из воды, оделись и ушли.

Маленький мудрец высказал простую мысль, которую не понимает большинство взрослых, — не бойся воды, она тебя держит.



Прочитав строки этого письма, мы поняли, что не опубликовать их мы просто не сможем.

Редакционная коллегия.

ТВОРИТЬ ДОБРО

Дорогие друзья!

То, что хочу сказать вам, скажу от чистого сердца, от искреннего желания помочь всем вам сохранить радость жизни, веру в нее, веру в человека, веру в себя. Я совершенно убеждена, что без этого мы не можем быть счастливы. А мне очень хочется, чтобы мы были счастливы, чтобы вы были счастливы. Потому что люблю вас...

Знаете, в одной из многочисленных нынешних газет мне встрети-лась рубрика, которая называется «Школа выживания». И мне стало страшно от этого слова «вы-жи-ва-ния». Почему именно это слово? Разве мы с вами оказались на дне глубокого колодца, обнесенного каменной стеной? Или заблудились в диких джунглях? Или бредем по выжженным пескам пустыни? А впрочем, наверное, да...

Нас действительно окружает стена равнодушия, через кото-рую не пробьется ни чей-то стон, ни чья-то мольба о помощи; мы действительно заблудились в джунглях наших самых измен-ных страстей и продираемся сквозь злобу, зависть, грубость, мы действительно бредем по пустыне и никак не можем доб-раться до оазиса доброты, не-жности, чуткости. Нам больно и страшно. Но в страданиях сво-их обвиняем мы не себя, мы всегда виним другого.

И в этом наша с вами высшая несправедливость и наша с вами са-мая большая беда. Говорю «беда», а не «вина». Говорю так, ибо я одна из вас и нет у меня права судить, но есть право сострадать. То вели-кое право, которое дано каждому и с которым не расставалась я никог-

да в жизни. И оно помогало мне в мои самые ненастные дни, в самые беззвездные ночи. Помогало пере-нести собственную боль, проникаясь болью другого.

И именно это право позволяет мне сейчас поделиться с вами, друзья мои, своей «школой». Но не «выживания», а ЖИЗНИ. Учусь в этой школе столько, сколько живу, но не приемам каратэ и не умению защищать свое сердце неким ска-фандром, дабы не содрогнулось оно от страдания ближнего. То есть не тому, чему учатся сейчас мно-гие, оправдывая это сегодняшним трудным, смутным временем. Сколько уж говорено-переговорено, писано-переписано о нынешних наших трудностях-тяготах. Что ж, действительно тяжело... Но никакое время не должно быть властно над человеком, над сутью его челове-ческой. И мне грустно оттого, что пустеют, катастрофически пустеют запасники нашей души.

Не время несет в себе мрак и смуту. Все это мы несем в себе сами. Не время повинно в нашей озлобленности — мы, сами по-винны в этом. И думается мне: произошло это потому, что мы перестали любить сами себя. А человек обязательно должен очень себя любить и уважать. Если кто-то уже готов обвинить меня в том, что призываю людей к эгоизму, по-жалуйста, не спешите, позвольте объяснить, что хочу сказать.

Тем более что объяснение самое простое. Спросите любого врача, и он скажет вам, что отрицательные эмоции, очень вредят здоровью.

Если мы бываем грубы, не-сдержанны с кем-то, то причи-няем вред не только ему, но в первую очередь себе. Понимаете, что хочу сказать? Доброжелатель-ность к другому — добро, сделан-ное для себя. Поэтому, если, от-городившись от чьей-то беды, мы считаем, что сберегли свои нер-вы, свое здоровье, то ошибаемся.

Невозможен компромисс; с соб-ственной совестью. Сколько бы ни заставляли ее молчать, придет вре-мя, и она скажет свое слово. И нам станет страшно оттого, что уже ни-чего нельзя изменить.

Мне жаль, если кто-то подума-ет, что пытаюсь отвлечь людей от реальной жизни, что руководствуюсь принципом: «Лишь бы войны не было». Жаль, если упрекнул в этом. Потому что говорю о другом. О том, что чем труднее время, тем ближе должен быть человек человеку, о том, что зло способно породить; только зло, а добро возвращается добром. А еще хочу сказать, что понимаю старушку, которая запа-сается впрок пшеном, потому что перенесла голод и этот страх ос-тался в ней навсегда. Но не пони-маю и не хочу понимать молодых, здоровых людей, способных отте-снить ее от прилавка. **Хочу, чтобы мы заботились прежде всего о тех, кто слабее нас.** Хочу, чтобы никогда не исчезало в нас ощущение сопричастности с другим чело-веком, чтобы никогда не настиг нас страшный недуг — душевная глухо-та, хочу, чтобы мы помнили: зло всегда разрушает и того, на кого на-правлено, и того, кто несет его в себе.

И еще об одном хочу попро-сить вас — не обкрадывайте себя и, каким бы трудным ни предстоял вам день, улыбни-тесь солнышку, услышьте пе-ние птиц, полюбуйтесь изум-рудной сочностью травы и ли-стьев. Поверьте, это поможет осознать, что мир прекрасен, что жизнь — бесценное сокро-вище, удивительный дар, нис-посланный нам. И, честное слово, грешно и неразумно не радоваться ей и не благослов-лять ее.

Л.К.

Здравствуй, грусть

Каждый человек, находящийся в дурном расположении духа, не прочь «исправить» свое настроение. А можно ли сделать это руководствуясь научно обоснованными методами? Британский психолог Гарольд Спайкер из Оксфордского университета разработал ряд рекомендаций по этому вопросу. По мнению ученого, около

70% людей действуют методами «отвлечения», которые не могут кардинально улучшить настроение человека.

Общение с людьми, пассивный отдых и праздное времяпровождение, просмотр фильмов, чтение является лишь сугубо временным лекарством. Когда вы остаетесь один на один с собой, плохое настроение практически всегда возвращается.

Не поможет и прием алкогольных напитков. Напротив, через некоторое время ваше настроение заметно ухудшится.

Крик не утешит

■ Не нужно бурно проявлять эмоции. Вопреки широко распространенному мнению, слезы, крик и плач не утешают, а лишь ухудшают ваше настроение.

■ Самое опасное — «лелеять» свое настроение, «упиваясь» своими переживаниями. Такой душевный мазохизм не только не принесет пользы, а скорее всего, будет способствовать длительной депрессии.

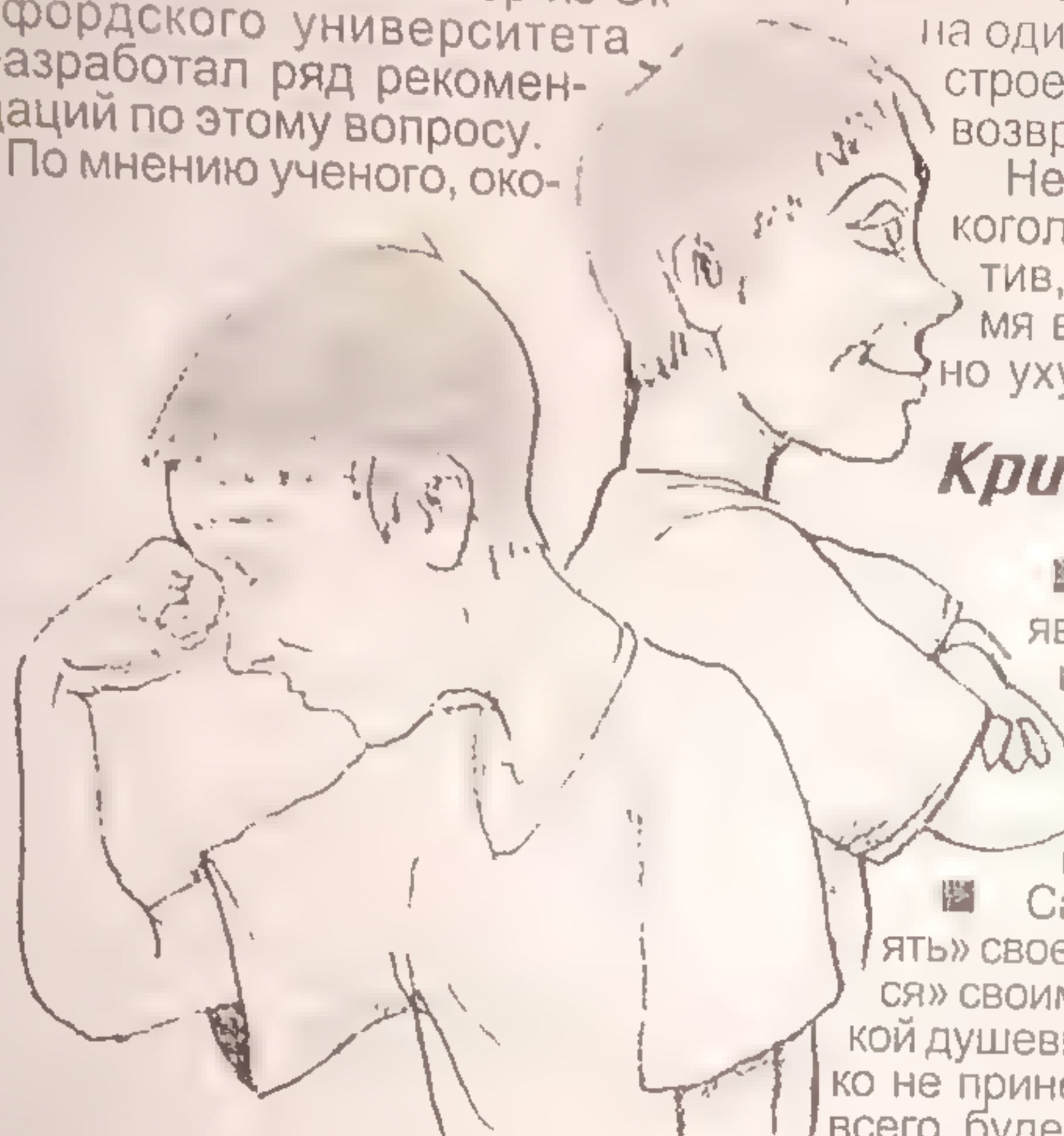
По мнению психолога есть уже хорошо апробированные четыре наиболее эффективных средства «ликвидации» дурного расположения духа.

■ Постарайтесь активнее себя зауважать, вспомните все лучшее, что было в вашей жизни — ваши удаchi, достижения в самых различных сферах жизни.

■ Неоценимую помощь в ликвидации плохого настроения может оказать секс, пусть даже случайная связь. Практика показывает, что этот вид чувственного наслаждения способен мгновенно изменить ваше настроение. Психологические и физиологические процессы, вызванные сексом, во всех случаях кардинально меняют настроение.

■ Напрягите свою фантазию, чтобы прокрутить в голове ситуацию, сходную с той, что вызвала ваше дурное настроение, главное — сделайте это на чисто рациональном уровне, не позволяя разыграться эмоциям.

■ И наконец, скажите себе, что ваша жизнь не так плоха по сравнению с тем кто стоит ниже вас на ступенях социальной лестнице. Кроме того, сравните свое положение с положением людей, попавших в беду при самых различных обстоятельствах.



Рак может печить сам себя.

Злокачественную опухоль можно заставить вырабатывать лекарство против себя самой, утверждают ученые из Йельского университета, которые заявили о готовности испытать разработанную ими методику на добровольцах. Клинические испытания нового метода пройдут в США уже в этом году.

Действие методики основано на уменьшении кровоснабжения раковых клеток, за счет уничтожения кровеносных сосудов опухоли. В последние годы это направление быстро развивается, но в отличие от других методик эта именно разрушает сосуды, и а не препятствует образованию клеток, выстилающих сосуды



внутри опухоли, в отличие от сосудов в здоровых тканях, содержит рецептор, названный TF. С ним плотно связываются молекулы, циркулирующие в крови. Оказалось, что, если к ним добавить антитело, получившийся комплекс будет разрушать стенки сосудов. Молекула, разрушающая кровеносные сосуды, вводится в опухоль с помощью безвредного вируса.

На первом этапе испытания на добровольцах новым методом врачи попробуют вылечить меланому — злокачественную опухоль кожи.

По материалам Би-Би-Си

Красиво болеть не запретишь!

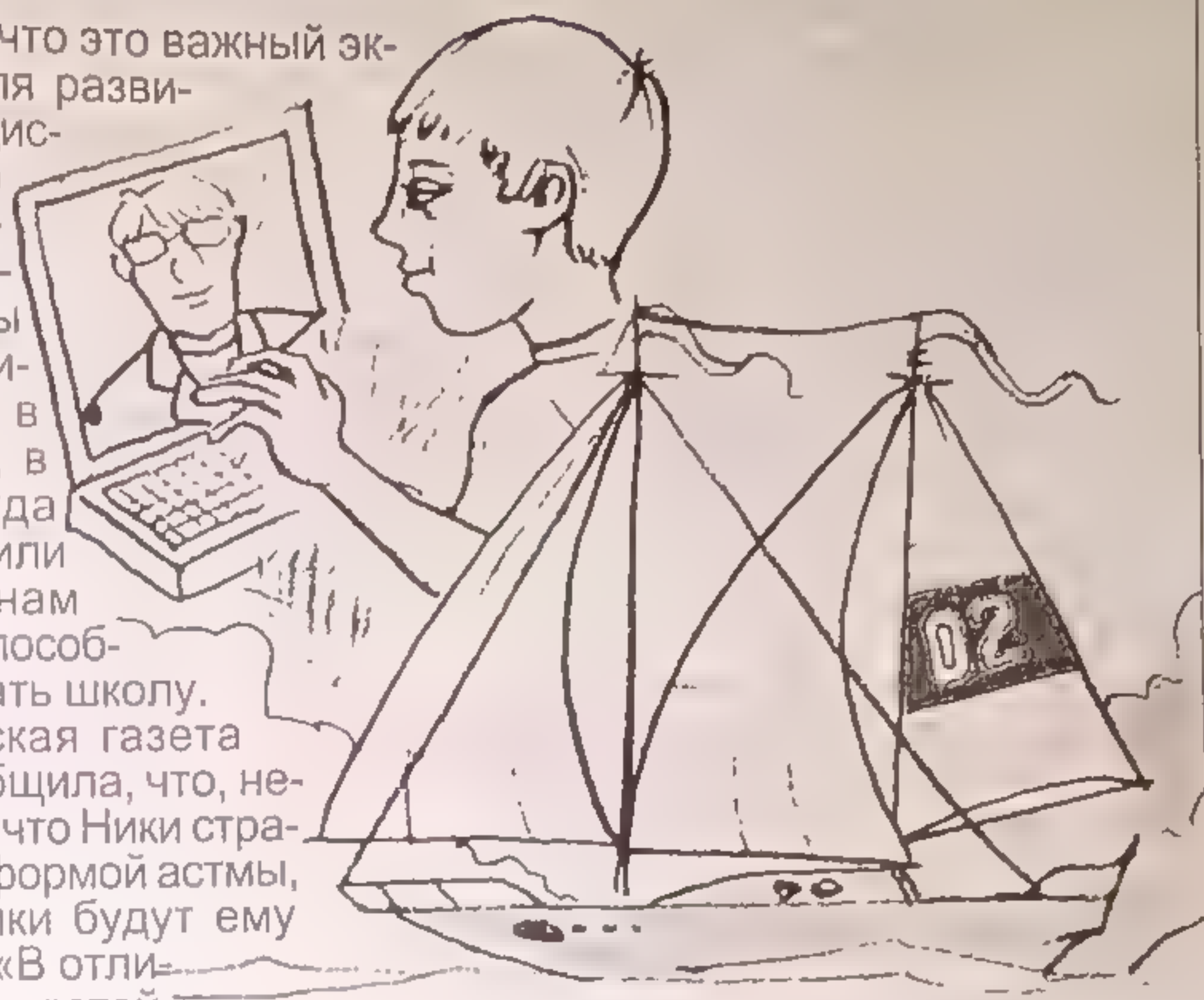
Семья шестилетнего Ники Фрасчиско в воскресенье отправилась из порта итальянского города Кремона в открытое море, чтобы избавить мальчика от приступов астмы, которыми он страдает на суше, сообщает «The Times». Идея долгого плавания появилась у родителей мальчика после того, как Ники почувствовал себя значительно лучше на пароме во время путешествия на остров Ельба.

Двухмачтовое судно «Валькирия» было построено на заднем дворе дома Фрасчиско и обошлось родителям мальчика в 150 тысяч евро. Корабль длиной 26 метров будет находиться в открытом море недалеко от Сицилии, прибывая в порты лишь для пополнения запасов топлива и продуктов питания.

Образование Ники будет получать, общаясь с педагогами начальной школы острова Липари с помощью спутниковой видеосвязи. Министерство образования Ита-

лии заявило, что это важный эксперимент для развития системы дистанционного обучения. Такую технологию итальянцы намерены применять и в дальнейшем, в случаях, когда дети по тем или иным причинам окажутся неспособными посещать школу.

Католическая газета Avvenire сообщила, что, несмотря на то, что Ники страдает редкой формой астмы, его сверстники будут ему завидовать: «В отличие от других детей, ему не придется скучать в классе, смотря в окно. Он всегда будет находиться под ясным солнечным небом, и в его волосах будет играть морской бриз».



Молоко вызывает АЛЛЕРГИЮ и спасает от нее

Некоторые признаки аллергии у малыша.

- Зудящая сыпь в виде мелких волдыриков, наполненных жидкостью, которые лопаются и засыхают (у новорожденных они появляются на лице, ягодичках, икрах и ручках; у старших детей — на сгибах локтей и под коленками).
- Так называемые «лакированные» щечки — неестественно румяные, шероховатые, блестящие.
- Надорванные уши — маленькие сочащиеся ранки у мочки уха.
- Теменюшка — толстый «медовый» струп на макушке.
- Хронический насморк — у новорожденного постоянно открыт рот, поскольку ему трудно дышать через нос.
- Внезапный мучительный кашель, свист при дыхании.

Причиной аллергии является генетический дефект — организм воспринимает некоторые безвредные субстанции как врагов и начинает с ними бороться. Проявлением этой борьбы становится аллергическая реакция. И чем сильнее оберегать ребенка от аллергенов, тем больше шансов, что аллергия останется в состоянии «спячки». Что для этого следует делать?

Прежде всего маме следует как

можно дольше кормить малыша грудью — у детей, выросших до двух лет на материнском молоке, аллергия проявляется значительно позже. Пищевой диатез чаще всего вызывает коровье молоко, яйца, рыба, соя, цитрусовые. Следует как можно дольше тянуть с включением этих продуктов в меню малыша.

Кроме того, педиатры советуют придерживаться следующих правил ухода за ребенком:

- температура в квартире не должна превышать +20° С. Комнату, в которой находится маленький ребенок, нужно проветривать как можно чаще (исключением является период опыления растений);
- ребенку следует ежедневно бывать на свежем воздухе. В период сильного опыления трав и деревьев на прогулку с ребенком желательно выходить с наступлением сумерек;
- следите, чтобы в окружении ребенка было минимум пыли. Ежедневно протирайте пол влажной тряпкой, откажитесь от ковров, перьевых по-

душек, мягких игрушек;

- покупайте малышу свободную мягкую хлопчатобумажную одежду, без раздражающих кожу швов. Для стирки употребляйте только специальные средства для детской одежды. Белье полощите по многу раз;

- не заводите домашних животных и цветущие растения когда настанет время включать в рацион малыша новую пищу, делайте это постепенно. Например, давайте по одному продукту в неделю. Внимательно наблюдайте, какие продукты вызывают у него аллергию; если у ребенка аллергическая реакция на конкретные продукты, спросите у врача, чем можно их заменить, чтобы не допустить недобора важных питательных элементов.



В этом номере читатель снова встретится с астральным путешественником Леоном и, прислушавшись к его советам, сможет сделать свою жизнь счастливее и радостнее.

Тайны земли восточной

В этот раз Леон пришел прямо ко мне домой, когда я смотрел по телевизору фильм - что-то из азиатской жизни. Леон одобрительно кивнул в сторону экрана:

- А я, ведь только что оттуда...
- И что же вы там делали? - наверное, тон у меня был не-много недоверчивый.
- Там? Там я ума набирался.
- Это вы-то? Уж чего-чего, а этого багажа у вас в избытке.
- Этого ни у кого в избытке не бывает, а восток я открываю для себя по-новому каждый раз. Восточная культура оставила нам бесценный, подарок - искусство сохранения здоровья и продолжения жизни. И постигнуть эту науку может, в принципе, каждый. А истинная мудрость в том, чтобы правильно пользоваться этими знаниями.

Вслед за этим я услышал интересный рассказ Леона, составленный из советов, которые вполне могут пригодиться нашим читателям.

НАПОЛНИТЕ СЕРДЦЕ ЛЮБОВЬЮ

Не забывайте всегда искренне улыбаться глазами и наполнять сердце любовью. Это - профилактика всех болезней. Когда вы печальны, сердиты, подавлены, когда вы плачете или нервничаете, ваши органы выделяют яды, но если вы счастливы и улыбаетесь, они производят подобную меду целебную жидкость.

Жизнь современного человека нельзя назвать спокойной и безмятежной. Нередко рабочий день кончается для нас головной болью, давлением, которое нарастает и вокруг, и внутри нас.

Как ни странно, все, что нужно делать в этой ситуации, - это ничего не делать. Достаточно лишь научиться, когда возникает сложная ситуация - что бы это ни было, - не позволять ей засосать вас. Лучший способ добиться этого - улыбаться, причем и на лице, и внутри - в душе. Благодаря такому простому действию мир меняется, и то, что грозило оказаться большой неприятностью, обернется совсем другой стороной. Конечно, сначала будет довольно сложно оценить результаты той самой «улыбки изнутри», да и научиться «так» улыбаться тоже сложно. Но со временем вы овладеете этим, и улыбка изнутри станет неотъемлемой частью вашей жизни. А вместе с этим из нее уйдут проблемы и болезни. Поэтому, где бы вы ни были, улыбнитесь,

наполните свое сердце любовью и позвольте волнам любви залить все ваше тело.

Стресс возникает, когда у человека отнимают то, чем он обладал - дом, работу, покой. На Востоке есть такой метод психологической тренировки: человека заставляют представить, что однажды он может лишиться всего, даже уважения. Все считают тебя подлецом и предателем, нет никакой надежды на завтра. Но надо подумать, что тогда останется, чего нельзя отобрать? А остается некий стержень - то, что мы называем личностью, и он не должен зависеть от обрушающихся невзгод.

Ведь, по восточным понятиям, здоровье начинается даже не со здорового духа, а со здорового отношения к жизни.

УВАЖАЙТЕ ГОЛОВУ

Восточная медицина говорит: «Уважайте голову и держите ноги в тепле». Что это значит?

Относитесь к своей голове с огромнейшим уважением. Считайте ее храмом ума. Рассматривайте ее и как храм души, откуда осуществляется управление всеми жизненно важными органами.

Существует правило, которое знают все: «Держи голову в холоде, а ноги в тепле». Следуя этому простому девизу, вы наверняка избежите накопления слишком большого количества энергии в голове,

из-за которого можете чувствовать дискомфорт или даже заболеть. Если слишком много энергии идет в голову, может повыситься кровяное давление. Отводя энергию к стопам, вы можете понизить давление, а следя за тем, чтобы ноги были теплыми, даже предотвратить сердечный приступ.

Так что растирайте стопы, грейте и лелейте их. Немаловажное значение, по мнению врачей Востока, имеет и шея.

В шее много кровеносных сосудов и нервов, идущих по направлению к очень важной части вашего тела - голове. Поэтому ей тоже нужно уделять большое внимание: следите за тем, чтобы она была в тепле, чтобы она не была напряжена, улыбайтесь ей.

ЧАЙНАЯ ЛОЖКА МУДРОСТИ

На Востоке не признают диет в виде временного отказа от каких-то кушаний (например, от мучного - в целях похудеть), так как жизнь там воспринимают как постоянное чередование напряжения и расслабления. Например, чтобы сберечь сердце, его нужно тренировать, напрягать. Такой же подход к системе пищеварения. Любая диета должна быть органичным единством противоположностей. Например, есть такая схема правильного питания: дважды в месяц - в дни полнолуния и новолуния нужно вообще ничего не есть, только пить минеральную

воду либо отвар кураги или шиповника. В это время важно не ходить в гости, не принимать гостей. А каждую неделю, то есть 4 раза в месяц, обязательно устраивать пиршества, переедать, переливать. Так происходит чередование расслабления и напряжения. В остальное время на Востоке призывают к умеренному самоограничению. Потакая себе в употреблении избыточно большого количества еды и питья, вы разрушаете свое здоровье. Поэтому не переешьте, чтобы не приходилось после трапезы слишком долго сидеть или лежать, так как это наверняка сокращает вашу жизнь. Но если вы съели слишком много, не пейте много воды и не глотайте ее быстро.

Вставайте из-за стола незадолго до полного насыщения и затем совершайте легкую прогулку, никогда не ешьте перед сном.

В выборе продуктов акцент нужно делать на местные и сезонные: живешь на севере - не увлекайся тропическими фруктами. Каждый продукт имеет оптимальный сезон употребления. Например, в ноябре-октябре, когда поспевает хурма, полезно каждое утро съедать ее натощак.

А вот еще один весьма интересный секрет восточных кулинаров: при приготовлении пищи следует добавить в нее щепотку любви, столовую ложку спокойствия и чайную ложку мудрости. И вообще на Востоке считается, что все, что повар готовит, должно иметь лекарственный эффект.

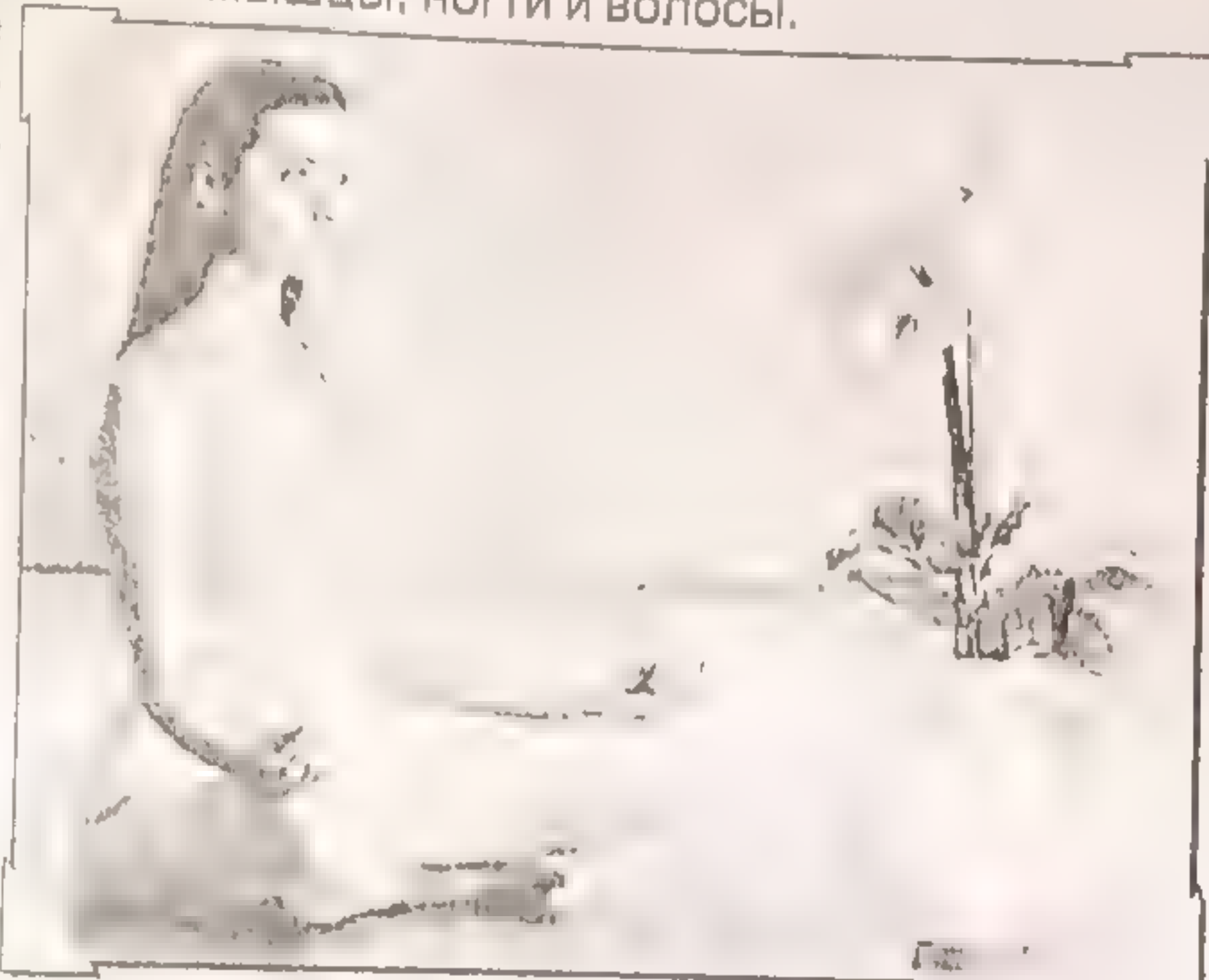
МЕРА НУЖНА ВО ВСЕМ

На Востоке большое значение придается сезонным и суточным биоритмам. Вот некоторые рекомендации - согласно действию биоритмов на состояние здоровья. Зимой следите за тем, чтобы ногам было тепло, а голове - прохладно. Весной и осенью позвольте и голове, и ногам ощущать прохладу.

Характер питания тоже различен в зависимости от сезона. Весной старайтесь есть больше острой пищи, летом - больше кислой, больше горькой осенью и меньше соленой зимой, но при этом помните: во всем нужна мера.

Кроме того, летом и осенью рано ложитесь спать и рано вставайте; зимой ложитесь рано и вставайте поздно; весной ложитесь спать, пока светло, и вставайте рано.

А вот еще один интересный совет: на рассвете, в полдень, после обеда, в сумерках и в полночь чистите зубы и полощите рот семь раз, считается, что это продлит вашу жизнь и укрепит кости, зубы, мышцы, ногти и волосы.



МОЛЧАНИЕ СОХРАНЯЕТ ЭНЕРГИЮ

Говорите меньше, тщательно выбирайте, что говорить и когда, а также - как это сказать. Слово, произнесенное уместно, - самое ценное; молчание же сохраняет энергию. Не говорите лишних слов, каждое ваше слово должно соответствовать вашей мысли. Но обдумывайте все то, то говорите, и не говорите все то, что думаете. Старайтесь произносить лишь хорошие, истинные и прекрасные слова. Но даже самых хороших и истинных слов не стоит произносить, если этим вы можете огорчить другого человека или ему навредить.

Вы наверняка слышали, что на Востоке особенно ценится чувство меры, проще говоря, надо соблюдать умеренность во всем. Как это понимать? Слишком длительная ходьба вредит связкам; слишком длительное сидение вредит мышцам; слишком длительное стояние вредит костям; слишком длительное лежание вредит жизненной энергии; слишком длительное созерцание вредит крови.

КАК ПОНИМАТЬ ЧУВСТВО МЕРЫ

Гнев, печаль, сожаление и меланхолия вредны, как и слишком сильная радость или удовольствие. Страдать вредно, воздерживаться от половых отношений вредно; волноваться вредно. Старайтесь не пользоваться своими чувствами слишком интенсивно. Не смотрите и не слушайте слишком напряженно или долго. Если органы чувств работают чрезмерно активно, может возникнуть болезнь.

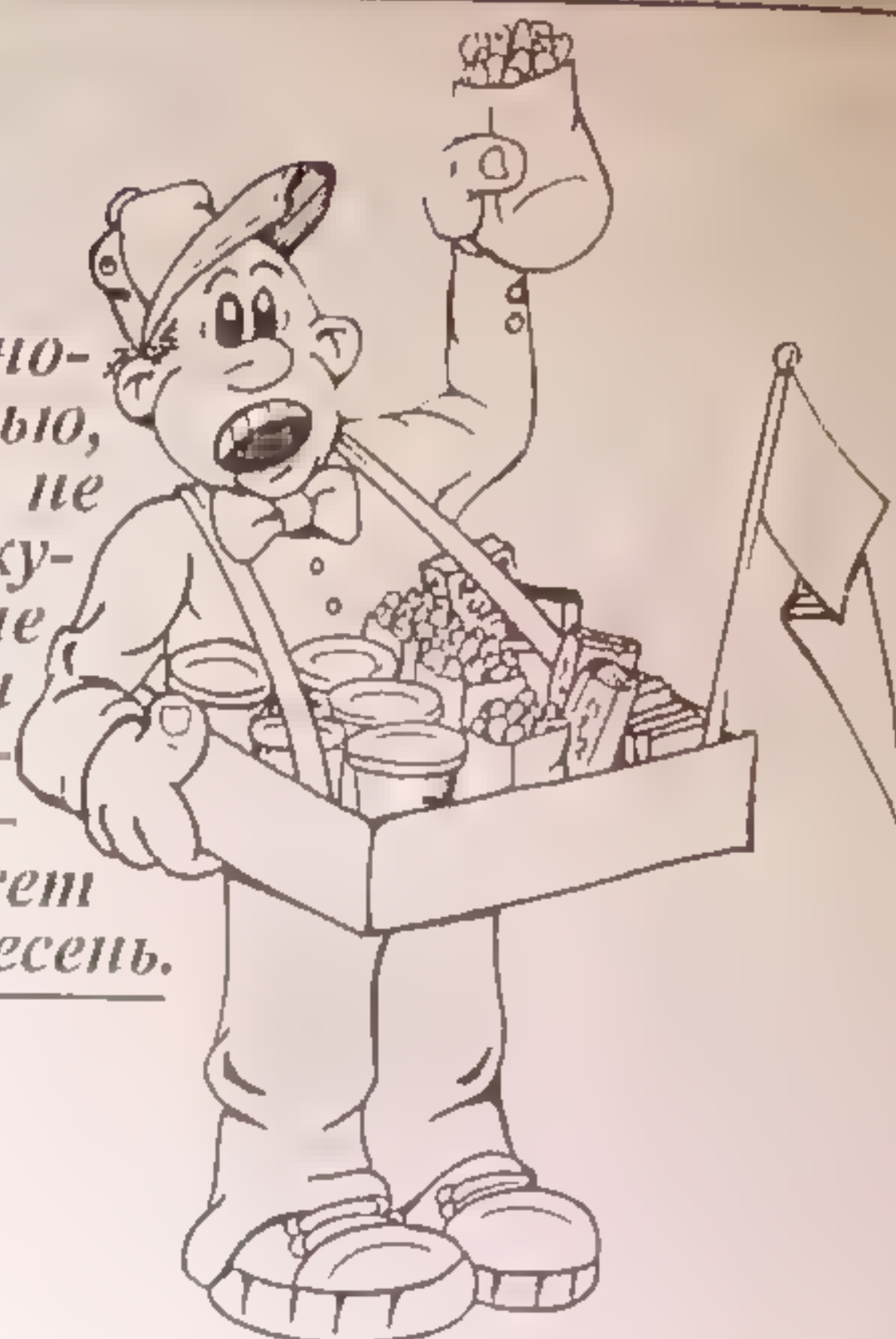
Резюмируя, можно сказать - для здоровья вредно не соблюдать умеренность.

ПРИСЛУШАЙТЕСЬ

- Если сразу же после пробуждения начать много говорить, то уйдет часть жизненной энергии.
- Чтобы сделать жизнь дольше и избежать болезней, надо выполнять упражнение по глотанию слюны много раз в день.
- Не выходите на ветер после купания или вспотевшим.
- Меньше думайте о будущем и прошлом, так как именно они дают поводы для беспокойства, а беспокойство порождает стресс. Вместо этого старайтесь концентрироваться, когда можете, - помните, что концентрация приходит сама, без особых техник, при развитии умения помогать и прощать.
- Развивайте силу ума. Во многих восточных языках понятия «ум» и «сердце» выражаются одним словом.
- Помните, что после достижения того уровня, когда вас больше не беспокоят личные амбиции и вы можете забыть о себе и развивать свое сердце, вы получаете средства освобождения от болезней.
- Когда вы больны и медитируете, не думайте о том, что делаете это для того, чтобы избавиться от болезни. Просто сосредоточьтесь на выполнении упражнения, и все остальное отпадет само собой.

А орешки не простые

В последнее время прилавки магазинов радуют обилием и разнообразием орехов и сухофруктов: арахис, фисташки, миндаль, кешию, грецкие орехи, курага, финики, инжир, изюм, чернослив. И мы не прочь ими полакомиться, ведь кроме присущего им отменного вкуса, эти продукты еще и очень полезны. Но часто мы даже и не догадываемся о той опасности, которая подстерегает нас при употреблении недоброкачественных орехов и сухофруктов. Оказывается, эти продукты могут содержать в себе афлатоксин — ядовитое вещество, которое, накапливаясь в организме, может вызвать рак печени. А выделяют этот вредный афлатоксин... плесень.



Черный, белый, голубой...

Плесень может быть черной, белой, голубой, зеленой... и не безобидной. Самой ядовитой считается желтая плесень, выделяющая сафлотаксин. Впервые его обнаружили в арахисовой муке около 40 лет назад. Плесневые грибы могут поселиться и в орехах, фруктах, овощах, зерне. Попадают они туда из почвы при созревании урожая (в дождливое лето зерновые чаще поражаются плесенью), при неправильном хранении или транспортировке.

Плесневые грибы коварны. Они специально вырабатывают яды, чтобы захватить территорию и уничтожить конкурентов — здоровые микроорганизмы. Афлатоксины очень быстро проникают в глубь продуктов. Они не имеют ни вкуса, ни запаха, но обладают сильной токсичностью. Доза всего 2 мкг на килограмм массы тела может вызвать системное заболевание — афлатоксикоз. Афлатоксины опасны своими канцерогенными свойствами. Они могут накапливаться в печени и способствовать возникновению опухолей, провоцировать мутации в клетках. Отмечено иммуно-депрессивное действие афлатоксинов — снижение общих защитных сил организма.

Имя им — легион

Микроскопические грибы можно разглядеть, когда их очень много — несколько десятков колоний. Тогда мы видим плесень. Некоторые считают, что если съесть заплесневелый орех, большой беды не будет. В конце концов от этого ведь не умрешь. Но лучше свой организм, в частности печень, не испытывать на прочность. Ведь именно с помощью печени перерабатываются и выводятся все вредные токсические вещества.

Не всегда плесневые грибы можно увидеть или «распробовать». У некоторых плодов плесень иногда заводится между семядолями. К примеру, арахис, миндаль, ядра персиковых и абрикосовых косточек могут содержать незамеченную, образующую афлатоксины плесень. Лабораторным путем установлено, что 10-20 колоний плесневых грибов вырабатывают не опасное для организма количество афлатоксинов — до 0,19 мкг на килограмм. Такой объем токсина за сутки здоровый организм в состоянии обезвредить сам.

Плесневые грибы распространены, вероятность заражения ими продуктов очень велика. Примерно 10% сырья в год забраковывается еще на этапе агротехнических мероприятий. Выборочные плановые проверки осуществляет Госсанэпиднадзор. Производители обязаны проводить исследования сырья на содержание афлатоксинов и их источника — колоний плесневых грибов. Конечно, нельзя полностью исключить вероятность того, что какой-нибудь нечестный предприниматель не использует подпорченные орешки или сухофрукты в мороженном, печенье, тортах. Там уже не видно, плесневые они или нет. Но в Центре Госсанэпиднадзора утверждают: в кондитерской промышленности они не используются в таких уж больших количествах по отношению к общей массе продукта, чтобы ими можно было отравиться. Специалисты Центра советуют нам больше обращать внимание на правильность хранения в домашних условиях.

Советы дотошному покупателю

Если вы заботитесь о своем здоровье, при покупке орехов и сухофруктов не поленитесь посмотреть на срок годности, на то, в каких санитарных условиях они хранятся, кем реализуются. Лучше покупать

орехи и сухофрукты не на рынке, россыпью, а в магазине, в промышленной упаковке. Основные критерии свежести орехов — золотистая или коричневая окраска плодов и приятный аромат. К стати, курагу для сохранения цвета и защиты от плесени обрабатывают сернистым газом. Но не соблазняйте на слишком красивые плоды — вполне возможно, что яркий цвет объясняется превышением дозы сернистого ангидрида при обработке абрикос.

Если вы купили некачественный продукт и хотите непременно уличить недобросовестного предпринимателя, можете заказать экспертизу. Это можно сделать в любой лаборатории, которая имеет аттестат аккредитации на проведение микробиологических исследований. Правда, стоит эта процедура недешево, гораздо дороже стоимости самого продукта.

Хранить орехи и сухофрукты нужно в прохладном, темном и сухом месте. Высокая влажность и тепло — идеальные условия для размножения плесени. Лучше не делать запасы на полгода, а успеть сгрызть купленные орехи за пару недель. Если же вы заметите признаки плесени, не пытайтесь отмыть или счистить ее. Не стоит доходить до крайностей: мыть подпорченные сухофрукты и орехи с мылом, кипятить, выпаривать. Афлатоксины очень устойчивы, разрушаются только после жесткой термобработки. Но в результате такой обработки становится «мертвым». А есть стерильный продукт — почти тоже самое, что пережевывать опилки! Ничего полезного в нем уже нет. Поэтому выкидывайте испорченную без всякого сожаления.

Подготовил А. Петренко



Катерина рекомендует

После публикации материала о потомственной целительнице Катерине Николаевне, ее рекомендациях, в адрес редакции пришло более двадцати писем с просьбой о помощи. Поэтому мы решили, что раз в месяц Катерина Николаевна делится своими секретами с подписчиками.



«Уважаемая редакция! Очень прошу пусть целительница Катерина посоветует, как с помощью народной медицины можно бороться с отечностью ног, гипертонией».

Е.В. Грунина г. Запорожье

Для снятия отечности, вам уважаемая Е.В. Грунина необходимо: пить чай из ягод брусники (1ч. ложка ягод на 200 мл кипятка). И еще попробуйте 1 ст ложку листьев березы заварить стаканом кипятка, выдержать отвар 30 минут в термосе принимать по 1 ст ложке 4 раза в день перед едой. Кроме того, советую вам от гипертонии, которая вас мучает уже давно, приготовить на-

стойку. Во-первых, отожмите по одному стакану сок из красной моркови, редьки, свеклы, лимона, хрена (внимание: хрен натереть, добавить 0,5 ст воды, настаивать 24 часа). Все ингредиенты перемешать деревянной лопаткой в эмалированной посуде. Пейте по 1 ст ложке 3 раза в день за 60 минут до еды или через 2-3 часа после еды. Курс лечения - 2 месяца.

Выписываю «СД» уже на протяжении четырех лет, за это время ваше издание стало для нас неотъемлемой частью в информационном море. Совсем недавно у моего мужа обнаружили желчно-каменную болезнь, вот решили обратиться к вам за советом. Чем лучше лечиться, как себя правильно вести при этом недуге?

И.Г. Зайко г. Горловка

Причиной желчно-каменной болезни является прежде всего употребление вареной пищи. Любой продукт, который подвергают тепловой обработке, в организме превращается в соль щавелевой кислоты. Чтобы не допустить этого, вареные продукты надо употреблять с сырыми овощами, зеленью. Причем, к каждой порции вареных продуктов нужно добавлять овощей в три раза больше. Это будет хорошей профилактикой для предотвращения образования кам-

ней и отложения солей в организме. Теперь конкретно хочу дать вам рецепт лечения. Перекрутите 4 лимона с цедрой, соедините кашицу с медом в равных частях. Затем в эту смесь добавьте чай из листьев шиповника, черной смородины, малины, мяты, шалфея. Курс лечения - 30 дней.

Выведению камней способствуют кукурузные рыльца: 30 гр сырья залить стаканом кипятка, настаивать 30 минут. Пить по 1 ст ложке 6 раз в день.



В одном из номеров «СД» прочитала об Катерине Николаевне. Очень хотелось бы, чтобы эта женщина посоветовала мне, как избавиться от шпор.

Р.А. Игнатьева г. Сумы

Для начала хочу, чтобы вы обратили внимание на работу кишечника. А от болей в суставах, отложения солей и против шпор применяйте эликсир «Сирень». Его очень просто можно приготовить в домашних условиях. Итак, высушенные цветы обыкновенной сирени залить водкой в соотношении 1 часть цветков и 10 частей спиртного. Настаивать в теплом месте 10 дней. Принимать по 30 капель 2 раза в день. Этим же настоем, растирайте больные места, делайте компрессы.

Ждем ваши вопросы к потомственной целительнице по адресу: а/я 2314 г. Донецк 83087 Для рубрики «Советы знахаря»

Прим. Рег.: Катерина Николаевна бесплатно отвечает только подписчикам.



Хочу поделиться своим горем, а за одно и узнать как и чем можно вылечить трофические язвы. У меня вначале возникает зуд кожи на руках, затем, при расчесывании, появляются раны, которые плохо заживают. Сколько ни обращалась к врачам - толку никакого.

Т.М. Козина г. Симферополь

При трофических язвах, а также при инфицированных ранах хорошо помогают примочки из сока каланхоэ. Чтобы приготовить настойку необходимо срезать листья или молодые побеги растения и поместить их на 24 часа в холодильник. Затем сырье измельчить, отжать, про-

фильтровать. Прикладывать компрессы на ночь в течение недели, затем делайте перерыв.

Кроме того регулярно кушайте лук (луковый сок с медом в равных частях по 50 мл в неделю), фрукты и овощи, богатые витаминами С, Е, А, каротином.

ПРОСТОКВАШКА ДЛЯ ВОЛОС

Если у вас волосы очень быстро становятся сальными, бледят, приобретают неопрятный вид, частое мытье головы не поможет. Перед мытьем головы нужно на полчаса обильно смочить волосы и слегка втереть в кожу любой кисломолочный продукт 1-2-дневной давности.

ЦЕЛЕБНЫЙ НАПИТОК ПРИ АСТЕНИИ

Очень полезен напиток из брусничного сока: 50 г сока разведите 150 г кипяченой воды комнатной температуры, добавьте чайную ложку меда. Пейте этот тонизирующий напиток по полстакана 3-4 раза в день после еды.



ЗАЩИЩАЕМСЯ ОТ РАДИАЦИИ

По данным американских исследователей, включение блюд из свежей и квашеной капусты в рацион обеспечивает значительную защиту от вредных воздействий радиации. Если вы живете в районах с повышенным радиационным фоном или работаете с излучающими радиацию приборами (в частности за компьютером), то ешьте больше капусты. Хорошо добавлять к блюдам из капусты клюкву, т. к. она тоже обладает этими свойствами.

ЗЕЛЕНЫЙ ЧАЙ УКРЕПИТ СОСУДЫ

Чтобы ваши сосуды были в хорошем состоянии, вам поможет зеленый чай. Нужно растереть в порошок 1-2 щепотки зеленого чая и подсыпать регулярно в пищу.

АНТИВИРУСНЫЙ НАПИТОК

В холодную погоду, особенно после поездок в общественном транспорте, хорош противовирусный травяной настой: заваривайте как обычный чай несколько сухих листьев черной смородины, вишни и десертную ложку высушенных листиков облепихи.

КАК У ВАС С ОБМЕНОМ?

Стоит задуматься, все ли в порядке у вас с обменом веществ в организме и том случае если вы поправились на 2-5 кг без видимой причины и к тому же замечаете следующие перемены:

- кожа стала сухой или тестообразной по внешнему виду, а ногти ломкими, Волосы - сухими, истонченными;
- плохо переносите пониженную температуру воздуха. Появилась заторможенность;
- мучают запоры;
- временами накапливается усталость, часто впадаете в депрессию.

ЕСЛИ ЗАМУЧИЛ НАСМОРК

Положите в стакан 2 столовые ложки свеженатертого репчатого лука, поставьте стакан в кастрюлю с горячей водой и накройте ее сверху воронкой из плотной бумаги. Конец воронки приложите к носу и вдыхайте испарения по 10 минут каждой ноздрей. Повторяйте процедуру 3-4 раза в день.

ОМОЛОЖЕНИЕ С ПОМОЩЬЮ СОЛИ

Нужно дважды в неделю смесью соли с кефиром либо кислым молоком натирать все тело. Соль обладает высокими гигиеническими свойствами, поддерживает упругость и эластичность кожи, предохраняет ее от преждевременного увядания.

УКАЧИВАЕТ? ПОМОГУТ МАСЛИНЫ

При нарушениях вестибулярного аппарата те, кто испытывают приступы тошноты в самолете, на теплоходе и в обычном автомобиле, попробуйте вместо таблеток съесть несколько маслин - они блокируют на время слюнные железы и снимают тошноту.

ГОРЯЧИЙ КОМПРЕСС ДЛЯ СЕРДЦА

При заболеваниях сердца применяют горячий компресс на левую сторону шеи. Сложите полотенце в шесть слоев, смочите горячей водой, отожмите и приложите к шее. Это стимулирует сердечный нерв. Достаточно прикладывать компресс на 30 минут через день.

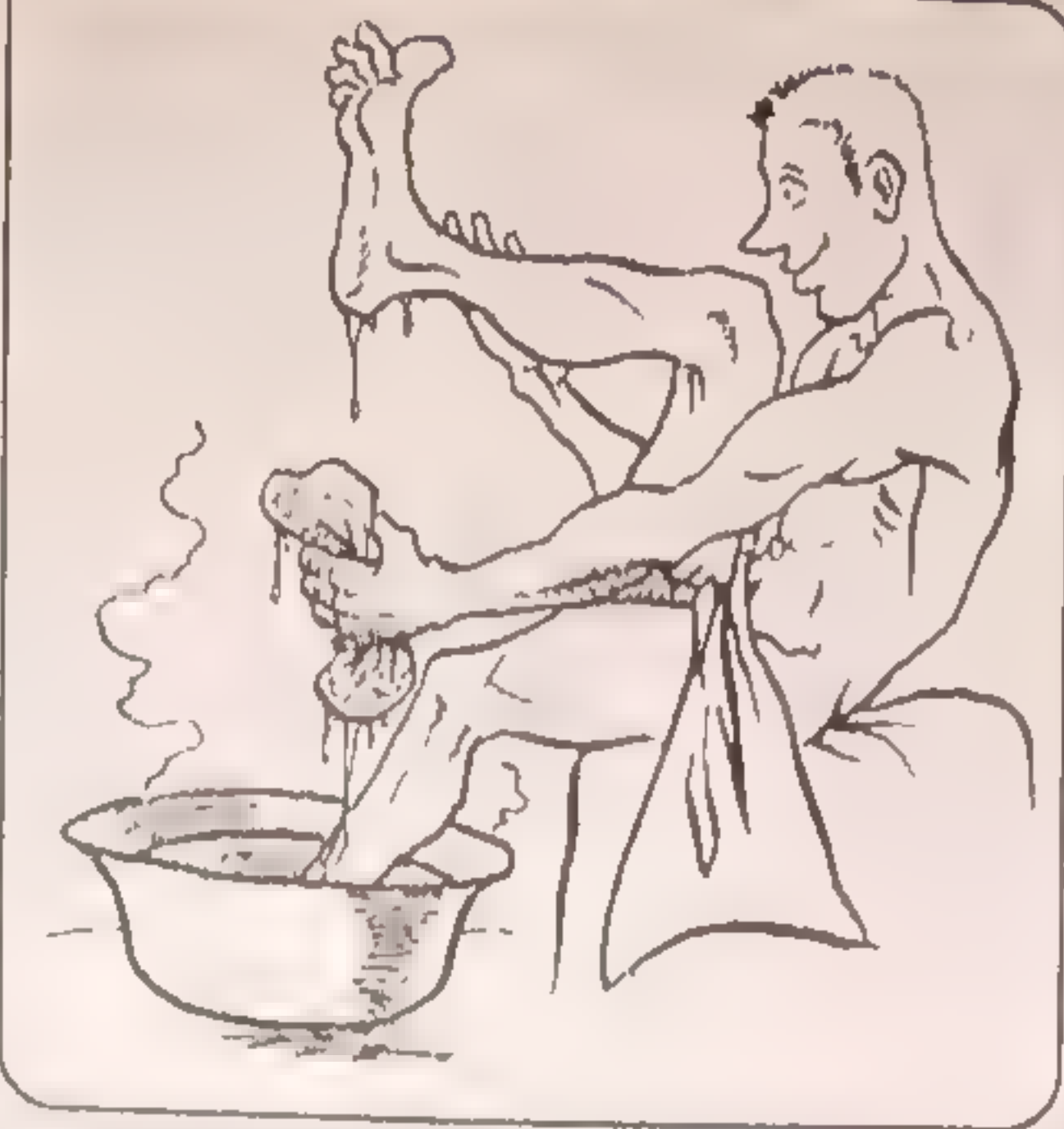
КИСЕЛЬ ДЛЯ РУК

При глубоких трещинах на руках нужно погрузить их перед сном в теплый раствор крахмала - 2 столовые ложки на литр воды. Перед ванночкой протрите трещины одеколоном или спиртом, а после нее - смажьте руки кремом.



СКОРЫЕ ПОМОЩЬ ПРИ ПРОСТУДЕ

При простуде, особенно если промокли ноги, отличный эффект достигается при использовании ножной ванны с настойкой из цветков липы и бузины. Для его приготовления стакан травы заливается кипятком, настаивается 10 минут и выливается в таз или небольшое ведро. 10-15 минут для приема ножной ванны вполне достаточно. Одновременно стоит выпить 1-2 стакана аналогичного чая - двойное действие не замедлит сказаться на вашем самочувствии.



ОТ НАСМОРКА

При насморке простудного характера можно капать в нос настой зеленого чая (чайную ложку зеленого чая залить стаканом кипятка и остудить). В каждую ноздрю капать так, чтобы слизистая обильно промывалась раствором. Повторять процедуру 6-8 раз в день.

МЕЛОВЫЕ ИНГАЛЯЦИИ

При ангине хорошо помогают медовые ингаляции: в чайник с соответствующим небольшим количеством закипевшей воды добавляют 1-2 столовые ложки меда. Чайник снимают с огня, на его носик надевают резиновую трубку и в течение 10-15 минут перед сном осторожно вдыхают пары при ангине.

ОСТОРОЖНО, АПЕЛЬСИНЫ

Любителям апельсинов следует помнить, что неумеренное потребление апельсинов и апельсинового сока оказывает раздражающее влияние на слизистую оболочку желудка и кишечника, а также на почки. Поэтому их следует избегать при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, при гастритах с повышенной кислотностью. В этих случаях можно употреблять небольшое количество сока, наполовину разбавленного водой.

ЛУК С МЕЛОМ ОТ АТЕРОСКЛЕРОЗА

Натереть на мелкой терке репчатый лук, отжать. Стакан лукового сока смешать со стаканом меда, хорошо размешать. Если мед засахарился, слегка подогреть на водяной бане. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день за час до еды или через 2-3 часа после еды при атеросклерозе, особенно при склерозе мозга.

АПЕЛЬСИНОВЫЙ СОК ОТ ПОХМЕЛЬЯ

При отравлении недоброкачественными консервами хорошо помогает апельсиновый сок. Сок, отжатый из апельсина средней величины, выпивают каждые 15-20 минут. Для снятия похмельного синдрома нужно к 150-170 г апельсинового сока добавить сырое куриное яйцо, хорошо размешать и выпить. При сильном абстинентном синдроме через каждые 2-3 часа процедуру можно повторить.

ЕСЛИ СИЛЫ НА ИСКОНЕ

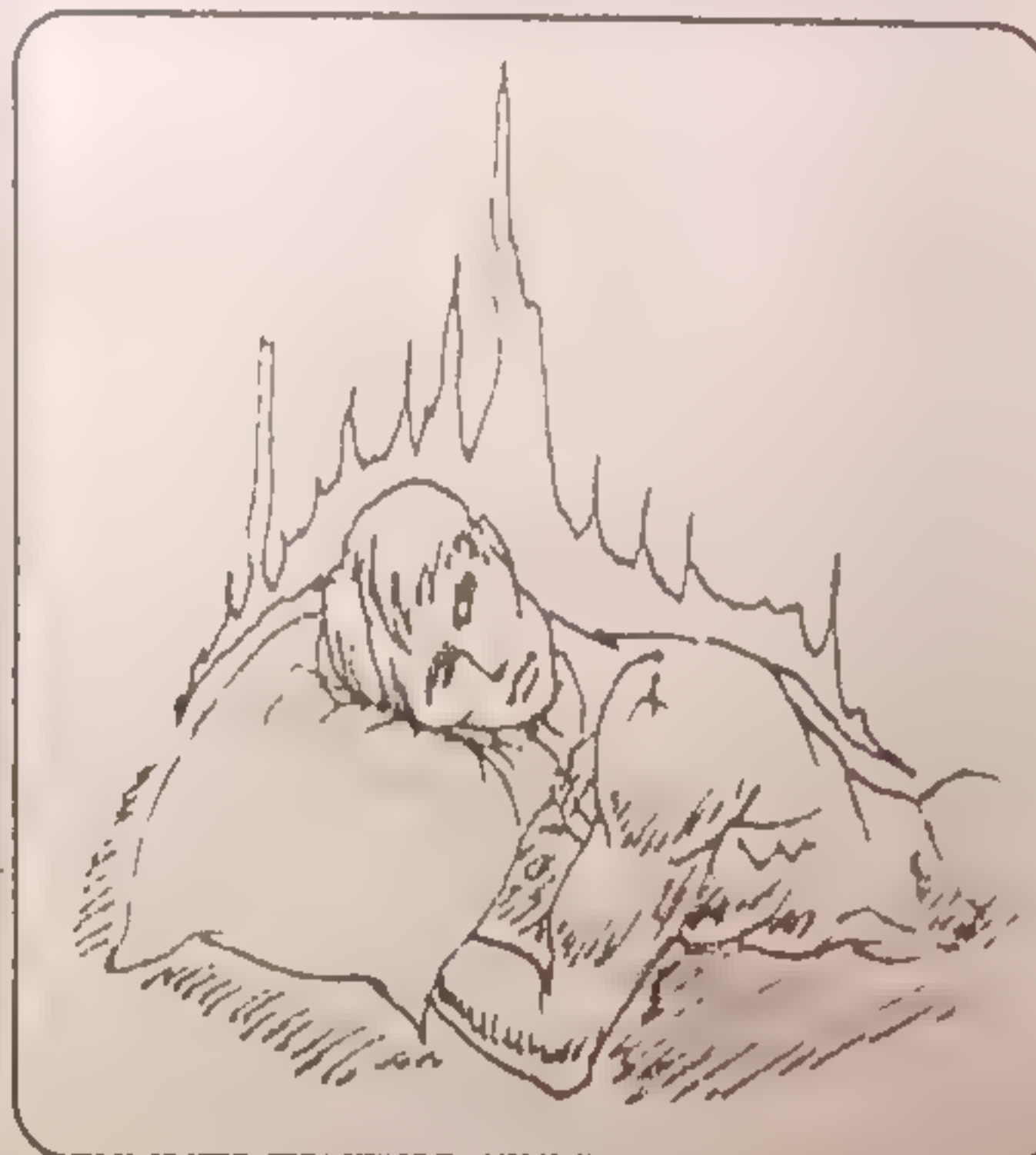
Для восполнения энергетических затрат, при недостатке витаминов и микроэлементов, для поднятия жизненного тонуса принимайте одно из следующих средств: три раза в день по столовой ложке меда; в течение месяца - цветочную пыльцу по 10 г в сутки; маточное молочко по 1 капсуле 2 раза в день в течение 20 дней.

ПРОСТОЕ РЕШЕНИЕ «ЗАКРЫТЫХ» ПРОБЛЕМ

Если у вас проблемы с кишечником - нередки запоры, то приготовьте природное послабляющее средство: 2 ломтика лимона или апельсина, 7 штук чернослива и 4 штуки кураги положите в миску и залейте теплой водой, чтобы она едва покрывала фрукты, дайте постоять с утра до вечера на солнце или естественном свете. Чтобы получить максимальный эффект, фрукты нужно съесть вечером, не употребляя затем какой-либо другой пищи. Процедуру проводить в течение 10-30 дней.

КАК ПОДНЯТЬ НАСТРОЕНИЕ

Чтобы ваше настроение оставалось всегда хорошим, ложитесь пораньше спать, но и вставайте тоже рано, на рассвете. Оказывается, хандра, уныние, подавленность, апатия боятся утреннего света.



А.И. Чехов когда в «Дуэли» захотел показать, как ничемно было паразитарное существование Лавевского, он раньше всего обратил внимание, на то что Лавевский в родном саду «не посадил ни одного деревца и не вырастил ни одной травки».

Известно чеховское трепетное отношение к деревьям, цветам, травам. Но любимцей писателя оставалась березка...

Издревле береза считается настоящим природным лекарем.

Препараты из березы показаны при астении, неврозах, вегетососудистой дистонии, посттравматических синдромах, при нарушениях мозгового кровообращения, нейроревматизме, аллергической болезни, физическом переутомлении и многих других болезнях. При этом очень важно соблюдать оптимальные сроки сбора различных частей растения.

Березовые почки можно собирать начиная с января, но наиболее сильное воздействие оказывают молодые почки, когда они уже набухли, но еще не тронулись в рост.

Березовые почки содержат эфирное масло, аскорбиновую кислоту, флавоноиды, смолы, дубильные вещества, горечи, виноградный сахар. Их используют при болезнях органов дыхания, как антисептическое и отхаркивающее средство. Березовые почки применяют как противовоспалительное средство, добавляя в гигиенические ванны или используя в виде примочек и повязок, при мелких ранениях, а также при пролежнях, хронических гнойных ранах, трофических язвах.

Из березовых почек можно приготовить настой, который поможет наладить работу желудочно-кишечного тракта, поможет при кожных заболеваниях, отеках, вызванных почечной или сердечной недостаточностью. Для этого нужно взять 1 ст. ложку почек залить 250 мл. холодной воды, и настоять на водяной бане 20-30 минут. После чего процедить. Принимать настой по 1 ст. ложке 4-6 раз в день.

В домашних условиях можно приготовить настойку из березовых почек. Она поможет при спазматических состояниях желудка, при переутомлении и бессоннице, облегчит течение климактерического периода. Для этого необходимо залить 15-20 гр березовых почек 0,5 литра спирта, настоять и применять по 15-20 капель ежедневно 2-3 раза в день. Эту настойку можно применять наружно для втираний и компрессов при артритах и ревматизме.

Дерево

в белом халате

С давних пор существовала такая примета, если березовым прутиком пощипывать заболевшего ребенка, то болезнь отступит. Передко больное дитя, особенно девочку, приносили к деревцу и, скрутив над больным ветки, обращались к березе с просьбой об исцелении. В большинстве случаев ребенок быстро шел на поправку.

В качестве противорвотного средства при менингите водный настой березовых почек. 1 ст. ложку сухих почек заливают стаканом кипятка, настаивают 30 минут и принимают по 20-30 г каждый час.

Березовые листья собирают в сухую погоду. Ценность представляют только развитые прикорневые и стеблевые листья. Поблекшие, увядшие, обсеянные насекомыми или пораженные грибами собирать нельзя. Пик сбора березовых листьев приходится на летний период. Однако их собирают и в сентябре. А майские листья особенно полезны тем, кого беспокоит невралгия и атеросклероз. В листьях березы обнаружены вещества, эфирные масла, флавоноиды, спирты, вещества содержащие фитонциды.

Фитопрепараты из березовых листьев обладают кровоочистительным, мочегонным, потогонным, антисептическим эффектом, а также противогрибковыми и противовоспалительными свойствами. Они воздействуют на лямблии, гельминтов, трихомонад. Кроме того, листья березы применяются при многочисленных нарушениях обмена веществ.

Листья березы способны убивать микробы за 2-3 часа. Неслучайно настой из них служит незаменимым средством от простуды, при профилактике ревматизма и подагры.

Листья березы благотворно действуют на нервную систему, особенно отвар. Который готовится так. 2 ст. ложки свежих измельченных листьев залить 500 мл. воды и кипятить 20 минут, затем добавить на кончике ножа питьевую соду и принимать в течение дня по несколько глотков.

Великолепным мочегонным средством является настой приготовленный по следующему рецепту: 50 г свежих бере-

зовых листьев заливают 500 мл кипятка, настаивают в теплом месте в течение 5-6 часов и процеживают. Принимать по 150 мл 3 раза в день.

При отеках рекомендуется пить чай из березовых листьев: 2 ч ложки (с верхом) заливают 250 мл кипятка и настаивают 10 минут. Чай необходимо пить теплым, по 3 стакана в день.

Настой и экстракты из листьев березы применяют как желчегонное средство при различных заболеваниях печени. При этом уменьшается или исчезают боли, тошнота, улучшается общее со-

стояние, уменьшаются размеры печени, повышается моче- и желчеотделение.

Круглый год можно собирать **березовый гриб — чагу**, в котором содержится чаговая кислота, полисахариды, щавелевая кислота и многие полезные вещества. В основном чага применяется при язвенной болезни желудка, гастритах, злокачественных опухолях, особенно при раке желудка, легких и других органов. Кроме того препараты из чаги повышают защитные свойства организма, действуя как общеукрепляющее средство.

Настой березового гриба готовят следующим образом. Гриб обмывают водой, затем замачивают в кипяченой воде так, чтобы он был полностью погружен в воду и настаивают 4-5 часов. После этого гриб измельчают на терке. Воду в которой замачивался гриб используют для настоя.

Пятью объемными частями этой воды, подогретой до 50 °С заливают одну объемную часть вымоченного и измельченного гриба. Настаивают в течение 48 часов, затем воду сливают, а осадок отжимают через несколько слоев марли. Полученную густую жидкость разбавляют водой до первоначального объема. Настой можно хранить 3-4 дня. В народной медицине взрослым назначают при опухолях. Принимать не менее 3 стаканов этого настоя дробными порциями в течение суток.

При заболеваниях, сопровождающихся задержкой жидкости в организме, применяется настой гриба двойной крепости.

А. Петренко

МОЖНО ЛИ КУПАТЬСЯ. ЕСЛИ БОЛЬНЫ УШИ?

ТАКОЙ ВОПРОС нередко задают врачам-отоларингологам. Конечно, при остром, воспалительном заболевании ушей - отите, когда повышается температура, появляется сильная боль в ухе, больному не до купания. Но вот островоспалительные явления исчезли. Можно ли теперь купаться?

Вопрос решается индивидуально, после консультации с лечащим врачом.

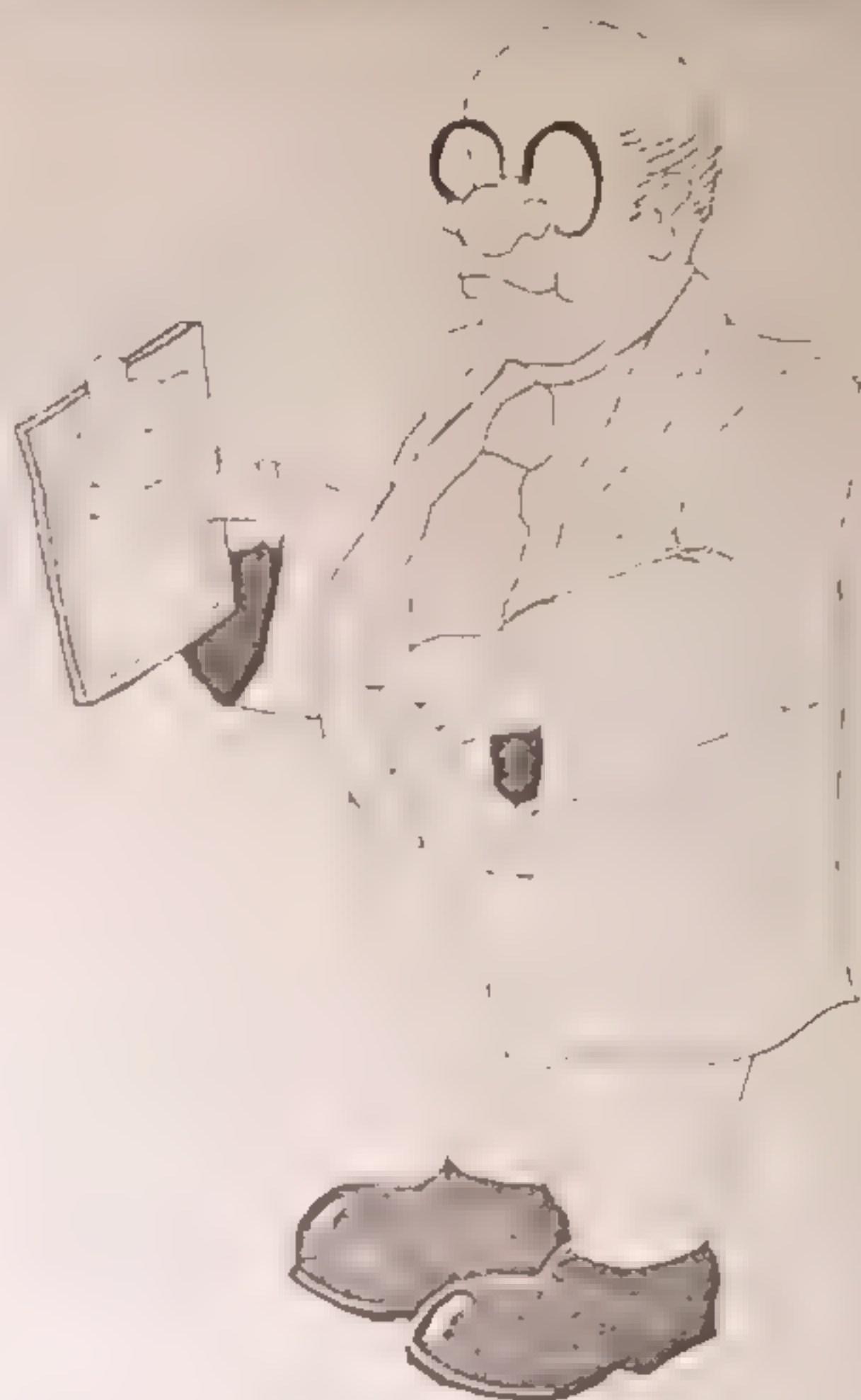
Иногда врачи разрешают купаться даже с хроническим заболеванием ушей, например, сухим или гнойным отитом, когда нарушена целостность барабанной перепонки уха, но нет признаков обострения болезни. Нужно только, чтобы вода не попадала в уши, и вот почему.

В воде любого водоема обитает огромное количество микробов. Если вода попадает в ухо, болезнетворные микробы нередко вызывают обострение болезненного

процесса. Кроме того, вода иногда, проникая через отверстие барабанной перепонки в полость среднего уха, раздражает вестибулярный аппарат. Это может вызвать головокружение, тошноту, рвоту. Пловец теряет ориентировку в пространстве и может утонуть. Еще сильнее такие симптомы проявляются, когда человек ныряет.

Чтобы избежать этого, врачи рекомендуют перед купанием закладывать вату в уши, предварительно смазав ватный шарик борным вазелином. Необходимо надевать резиновую шапочку: она предохранит уши от попадания в них воды. После купания вату из ушей удаляют.

И еще один совет: не надо сильно сморкаться, если вода попала в нос, - она может проникнуть в евстахиевы трубы, а оттуда в барабанную полость и вызвать обострение воспалительного процесса в ухе.



СТЕКЛО НА СТОЛЕ

Следует ли покрывать письменный стол стеклом?

Обычно настольное стекло обладает высокой теплопроводностью, которая примерно в четыре раза превышает теплопроводность дерева. Поэтому поверхность стекла холоднее, чем поверхность стола. Вот почему некоторые люди ощущают зябкость, когда работают за письменным столом, покрытым стеклом. Если к тому же человек простужен, страдает ревматизмом или миозитом, охлаждение может способствовать обострению заболевания.

Когда вы сидите у окна или вам приходится работать при лампе, лучи, отраженные от стекла, покрывающего стол, могут давать слепящие блики. Это утомляет глаза.

Вывод прост: чтобы не испытывать ощущения холода и не напрягать зрение, замените настольное стекло пластиной из плексигласа или покройте стекло матовой настольной бумагой, обладающей меньшей теплопроводностью. Бумагу лучше взять желтовато-зеленых тонов. Желтовато-зеленый цвет, как известно, снижает зрительное напряжение.

КАК ОДЕТЬ РЕБЕНКА ЛЕТОМ

Первое гигиеническое требование к летней одежде: **она должна предохранять от перегрева, то есть хорошо отражать тепловые солнечные лучи и способствовать наилучшей отдаче тепла с поверхности кожи.**

Соблюдение этих условий лучше всего обеспечивает одежда светлых тонов, сшитая из тонких хлопчатобумажных и льняных тканей, свободная, с открытым воротом, короткими широкими рукавами или вовсе без рукавов.

Желательно, чтобы платье девочки имело удлиненный лиф (подрез ниже талии), тогда оно будет более просторным. Мальчикам лучше носить свободные рубашки поверх коротких штанишек (шорт).

В жаркую погоду и мальчикам и маленьким девочкам следует надевать только трусики - ситцевые, сатиновые или полотняные, а девочкам постарше, до 10-12 лет, - трусики и майки. Обязательная принадлежность любой детской одежды - карман для носового платка.

Излишние украшения (бантики,

оборочки) затрудняют стирку и глажение и потому для повседневной одежды не рекомендуются.

Белье должно быть из белой, легко стирающейся ткани: мадаполама, бязи, батиста. Крахмалить белье не следует: крахмал закупоривает поры ткани, и она теряет свои полезные свойства.

Ситец, сатин, полотно, майя, поплин хорошо пропускают тепло, воздух и влагу; поэтому для платьев лучше всего использовать эти ткани.

Когда ребенок играет на солнце, надевайте ему шапочку из легкой, светлой, пористой ткани. Но вне прямых солнечных лучей пусть ребенок гуляет с непокрытой головой, чтобы лучше «дышала» кожа.

Обувь летом рекомендуется носить кожаную, светлую, с закрытым задником и максимально открытым носком, обязательно на маленьком каблучке. Лакированная обувь летом вредна: в ней сильно потеют ноги.

В дождь, грязь удобны резиновые сапожки с шерстяными носками. Но оставаться в них без необходимости не следует: потеют ноги.

«Спасибо газете...»



С таких слов начинается большинство писем, приходящих в адрес редакции. Отрадно думать, что люди, постоянно выписывающие нашу газету, в каждом ее выпуске находят что-то нужное и полезное для себя. Не так давно нами была опубликована статья о прекрасной женщине, проживающей в польском городе Кракове, пани Ангелине, с которой ваш покорный слуга имел уже три встречи. Пани Ангелина исцеляет своих пациентов взглядом, она любезно согласилась предоставить редакции свою фотографию с тем чтобы в дальнейшем мы смогли разослать ее нашим подписчикам, нуждающимся в лечении. Почему мы делаем это? Вопрос справедливый и я на него отвечу. Дело в том, что на фоне общей вакханалии различных колдунов и экстрасенсов, которых в последние годы становится все больше, и деятельность которых сводится в основном к выколачиванию дензнаков из простодушных пациентов, путем, продажи им пакетиков с «заряженной» солью, фотографий и плакатов, видео и аудиокассет по драконовским ценам, мы действительно хотим искренне помочь всем нуждающимся, причем делаем это абсолютно бесплатно. Вам, уважаемые читатели, достаточно лишь выслать в адрес редакции конверт с обратным адресом и квитанцию о подписке на газету «Самоисцеление и долголетие». Через некоторое время вы получите по почте фото пани Ангелины, которое обязательно вам поможет. Мы сознательно не публикуем фотографию этой женщины на страницах газеты, биоэнергетическая сила ее взгляда столь велика, что человеку, не нуждающемуся в лечении, может не только не принести пользы, но и даст результат диаметрально противоположный желаемому. Сегодня мы опубликуем несколько писем от читателей уже имеющих фото пани Ангелины.

Валерий Веселов

«Спасибо большое работникам газеты за их полезную деятельность. Несколько лет назад меня начало мучить весьма неприятное заболевание - все лицо покрылось угрями. Для меня, человека молодого, это нежелательно. Что я только не делал, и всякие мази использовал, и лосьоны, кровь сдавал нечего не помогало. Но вот по совету родителей, написал в газету, попросил выслать фото исцеляющей взглядом. Получил. Сейчас везде ношу его с собой в бумажнике и при любом удобной случае достаю и смотрю. Вот пошел уже месяц и результат налицо (в прямом смысле слова). Угрей у меня стало намного меньше, хотя сошли они еще не полностью. Раньше я не очень верил в подобное лечение, но сейчас убедился на собственном опыте в его эффективности. Еще раз большое спасибо вашей газете»

Олег Торопов, г. Горловка.

Мы взяли только три письма из читательской почты, но поверьте, их намного больше, и они продолжают приходить. Уважаемые читатели пишите нам о своих проблемах. Квалифицированные специалисты - консультанты, сотрудничающие с газетой, непременно помогут вам поправить свое здоровье.

Редакционная коллегия

«Я хочу рассказать как с помощью фотографии целительницы из Кракова мне удалось подлечить позвоночник. Боли мучили меня давно, и я решила обратиться за помощью в газету с просьбой выслать мне фото пани Ангелины. Через несколько дней получила фотографию. Вставила в рамочку и каждый вечер перед сном начала мысленно обращаться к целительнице с просьбой помочь, подолгу смотрела в ее глаза и повторяла про себя, что мне становится лучше. Представьте - помогло. Боль стала постепенно отступать. Спасибо газете и Ангелине Кшиштафовне...»

Татьяна Рубцова, г. Донецк.

Болезнь, как известно, легко заполучить, но избавиться от нее очень сложно. Мы все сначала легкомысленно относимся к здоровью, а когда «припечет», начинаем бить тревогу. Так случилось и со мною. В награду за грехи молодости приобрел язву желудка. Периодами начинались, сильные боли, а лечение сейчас сами знаете сколько стоит. В вашей газете прочитал об удивительной женщине, фотография которой помогает многим, и решил попробовать на себе силу ее взгляда, получил по почте карточку, поставил на столе, стал разговаривать с карточкой, как с живой, говорить о своих проблемах. И был приятно удивлен, когда почувствовал, что боли стали меньше...»

Игорь Иванович Авраменко, г. Донецк.

ШЕСТИСОТКОВЫЕ НЕУДАЧНИКИ



Иных любителей свежего воздуха и возделывания грядок на юг ни за какие коврижки и коржики не заманишь. Главное для них - родная дача. И в этой вполне земной страсти прослеживается весьма серьезный философский подтекст, который отметил ещё Вольтер, призывавший каждого возделывать свой сад.

Но в любви к даче, как и к ближнему, главное - не перестараться. А то недалеко и до беды. До грыжи, например, - весьма неприятной напасти, которая подстерегает многих дачников. И к которой подавляющее большинство её многочисленных обладателей относится с поразительным для врачей пренебрежением, не подозревая, что имеют дело с весьма опасным заболеванием. Опасным своим осложнением.

Грыжа - это серьезно

Так что же такое грыжа живота? Врачи на этот вопрос отвечают весьма определённо. Грыжа - это выпячивание в подкожно-жировую клетчатку внутренних органов чаще всего сальника или участка кишки вместе с покрывающей её брюшиной. Такое выпячивание возникает, когда внутрибрюшное давление чрезмерно повышается, а передняя стенка живота, которая, увы, не везде одинаково прочна, оказывается ослабленной. Её слабые места находятся в пупочной и паховой областях.

Иногда имеет значение просто наследственное анатомическое строение - своеобразные «щели», образуемые мышечными и сухожильными волокнами. У людей тренированных, с хорошо развитой мускулатурой и брюшным прессом, эти щели надёжно прикрыты мышцами.

У тех, кто далёк от физкультуры, ведёт малоподвижный образ жизни, у людей ослабленных, похудевших или, наоборот, тучных защитой служат лишь брюшина, жир и кожа. А этого порой недостаточно.

Особенно, когда приходится заниматься не слишком привычным для горожанина сельским трудом или строительными работами. Человек постоянно перенапрягается, в результате чего резко повышает-

ся внутрибрюшное давление. В конце концов какая-то из щелей вдруг расширяется и в неё «выпадает», как из дырявой сумки картофеля, часть кишки с окружающей брюшиной - так называемый грыжевый мешок.

Лисса беда начало

Болезнь начинается с того, что на животе обнаруживается странное выпячивание.

Большинство людей не придают этому значение, самостоятельно вправляя выпавшее обратно. Особенно часто так поступают мужчины, которые вообще не любят лечиться. Ляжет такой человек вечером в постель, заправит выпяченный участок внутрь и считает - завтра рассосётся.

Грыжа действительно легче вправляется в лежачем положении, что часто вводит человека в заблуждение. Бедолаге кажется, что всё прошло. Врачам остаётся лишь развести руками: грыжа никогда не проходит сама потому что щель между мышцами можно «закрыть» только хирургическим путём. За ночь она никак не зарастёт и не исчезнет. Сама эта ситуация не разрешится и через месяц, и через год. Наоборот, щель будет только расширяться, а риск развития осложнений только увеличивается.

Самое опасное - это так называемое ущемление грыжи, возникающее внезапно и заставляющее человека врасплох в любой момент и в самом неподходящем месте. Спровоцировать его может всё что угодно: сильный кашель, резкий подъём чего-то тяжёлого, а то и просто прыжок через канаву во время прогулки.

Образованию грыжевого выпячивания способствуют и постоянные запоры. Почти маниакальное старание побыстрее справить нужду способствует немалому повышению внутрибрюшного давления.

Что при этом происходит? Мышцы, окружающие грыжевые ворота, сокращаются, зажимая выпавшую кишку и... сдавливают питающие её кровеносные сосуды. Грыжевой участок становится напряжённым, плотным. Человек ощущает острую боль, сопровождаемую тошнотой,

рвотой, а с течением небольшого времени появляется и кишечная непроходимость.

Знахарь не поможет

Хотя мы и живём в цивилизованном мире, бабушкины сказки и суеверия по-прежнему живучи даже среди грамотных людей. Некоторые граждане до сих пор уверены, что грыжу можно заговорить или вылечить другими знахарскими приёмами. На самом деле ни бабушкины настои, ни заговоры народных целителей, ни современные бандажы, ни физические упражнения, укрепляющие мышцы, от грыжи не избавят.

А вот своевременные и грамотные действия при её ущемлении могут спасти жизнь. Особенно, если это произошло на дачном участке, вдали от медицинских центров и больниц. Заядлые дачники-огородники, помните:

→ Если в области грыжевого выпячивания появилась резкая боль, необходимо срочно вызвать «скорую». Пережатые мышцами сосуды перестают снабжать кровью попавшие в капкан ткани. В подобном аварийном режиме они могут существовать лишь несколько часов. Беда произошла в дороге? Больного лучше уложить и не давать ему двигаться.

→ Если в паховой, бедренной или пупочной области возникает боль при ходьбе, беге, подъёме тяжестей, тем более, если здесь прощупывается даже небольшое выпячивание, немедленно нужна консультация хирурга.

→ До прихода врача нельзя пытаться самим вправлять грыжу, прикладывать к ней грелку, принимать обезболивающее, слабительное и ставить клизму. Лучше отказаться от любого питья.

→ Не бойтесь оказаться на операционном столе. Для квалифицированного хирурга отсечение грыжи - одна из самых простых операций: через небольшой разрез врач извлекает грыжевой мешок, перевязывает и отсекает, а затем накладывает швы.

В КЛЕЩАХ У КЛЕЩЕЙ

Первое, о чем желательно помнить, собирая грибы да ягоды, или просто бродя от безделья и без какой-либо определенной цели по лесистой местности, так это о том, что вас может укусить клещ. Конечно, укусить может не только он. В любом лесу всегда найдется много разных ползающих, бегающих и летающих охотников за человеческой, но о них как-нибудь в другой раз. А сегодня — о клещах.

Кто вы, мистер Клещ?

Среди многообразия окружающего нас мира есть существа, которых принято называть членистоногими. Название, естественно, происходит не от известного всем органа размножения, а от вида их лапок, состоящих из отдельных сегментов-члеников. А клещи — это группа членистоногих насекомых, включающая более 10 тысяч видов. Понятное дело, каждый вид отличается от другого строением тела, привычками и некоторыми другими деталями. И хотя не бывает абсолютно бесполезных живых организмов, клещей объединяет еще и то, что практически все они — паразиты. В полном смысле этого слова. То есть, видимой пользы для человека никакой, «окромья вреда».

Скажи мне, что ты ешь...

Многие из представителей мира клещей питаются кровью животных и птиц. Именно такая особенность их жизнедеятельности и превращает безобидных кровососов в почти жутких монстров. Оно, конечно, неприятно,

когда из тебя кровь сосут, но, в принципе, к этому мы относительно легко привыкаем. Начальство, теща, налоговая инспекция делают это с нами постоянно. И что? Терпим! Каждый отдельно взятый клещ менее кровожаден, чем любой из перечисленных выше дам, господ и организаций, зато он, гад, способен переносить такую инфекцию, заразившись которой, не обрадуешься.

Черный список

Вот, к примеру, клещевой энцефалит. Не будем далеко ходить. Ежегодно в России регистрируется около 1000 случаев клещевого энцефалита. Среди множества инфекционных болезней человека, в том числе и имеющихся в России, можно перечислить по крайней мере целую дюжину, количество больных при которых значительно больше чем заболевших клещевым энцефалитом. Однако, не так уж много инфекций сопровождается такой высокой смертностью как при клещевом энцефалите, а еще больший процент характеризуется инвалидизацией переболевших.

Старая знакомая

А вот еще — болезнь Лайма, или боррелиоз. О ней мы уже как-то говорили.

Поэтому, кто не успел забыть, тот знает — ничего общего с известной певицей Лаймой Вайкуле и не менее известным композитором Берлиозом (а также с одноименным героем Булгакова) эта болезнь не имеет. И течение ее не столь тя-

желое, как у клещевого энцефалита, да и последствия несколько иные. Однако вряд ли найдутся толпы желающих иметь вместо автографа певицы запись в истории болезни — болезнь Лайма.

Крен редьки не слаще

Следующим заболеванием в нашем списке следуют эрлихиозы — группа остролихорадочных, неконтагиозных, передаваемых клещами заболеваний человека и животных.

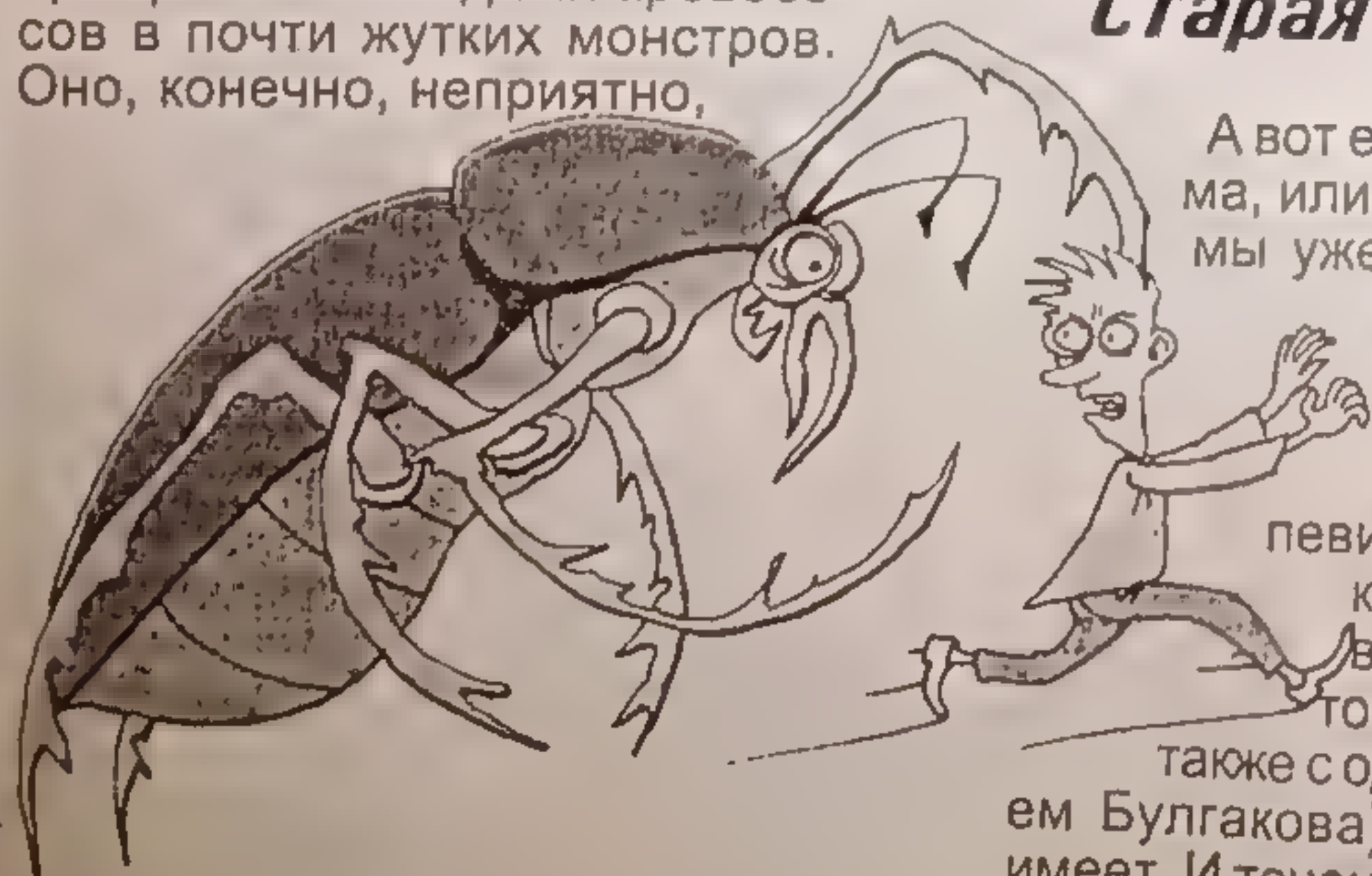
До 1986 года эрлихиоз, передаваемый клещами, были известны только как возбудители ветеринарной патологии, способность их вызывать заболевания у людей не отмечалась. Но потом медики разобрались — люди тоже болеют!

Но довольно пугать. «Заболевание всегда легче предупредить, нежели лечить». Эта известная формула придумана врачами. Мы ее слегка переделаем. «Болезнь всегда легче предупредить, нежели ею болеть». По отношению к клещам и тому, что они приносят, наша новая формула подходит в полной мере.

Простейшие правила, которые помогут вам снизить вероятность нападения и укуса клеща.

1. Необходимо уделять соответствующее внимание своей экипировке, то бишь, одежде.

Для походов в лес наиболее подходящей одеждой, несомненно, являются различного рода ком-



бинезоны, а лучшая обувь - сапоги. Но если их у вас нет, а в лес пойти все равно хочется, тогда подумайте сами, что бы эдакое надеть, чтоб не выглядеть инопланетянином или солдатом украинского батальона противохимической защиты на учениях в Кувейте. Рубашку, например, наденьте с длинными рукавами и плотно облегающими нижнюю часть предплечья манжетами, ну хотя бы "водолазку". О шортах и миниюбках рекомендуется временно забыть. Замените их плотными брюками - джинсы ведь сейчас совсем не роскошь. Не забудьте и про носки, в них, кстати, удобно при отсутствии сапог заправить брюки.

2. Не стесняйтесь применить профилактические репелленты.

Репеллентные (отпугивающие) и инсектицидные (уничтожающие насекомых и клещей) препараты для обработки и повышения эффективности защитных свойств одежды широко распространены. В качестве таких препаратов можно перечислить: Диметилфталат, Диэтилтолуамид /ДЭТА/, Рэдэт, «Тайга», «Пермет» и др.

Максимальная защита от нападения клещей в течение 7 - 14 суток достигается обработкой одежды репеллентно-инсектицидными препаратами из смеси синтетического пиретроида: неопинамина или перметрина (14,3%), и эмульгирующего концентрата ДЭТА, а также аэрозольным препаратом «Оксасоль», состоящим из смеси двух репеллентов: оксамата и диметилфталата, перметрина и хладонов. Хорошо зарекомендовали себя препараты этой группы последнего поколения «КРА-реп» (АО «Хитон» г.Казань) и «Тал-рет» (г.Пермь).

3. Посмотри сам и дай посмотреть другому.

Раннее и правильное удаление присосавшихся клещей - очень важная вещь. Клещи, в силу своих физиологических особенностей, после присасывания к коже не сразу начинают питаться кровью, поэтому при быстром их обнаружении и удалении уменьшается риск быть зараженным возбудителями инфекций. Гуляя в лесу, почаще осматривайте себя и своих компа-



ньонов. Для того, чтобы эта процедура имела более приятную окраску, парням рекомендуется приглашать с собой на прогулку в лес исключительно симпатичных молодых девушек, а девушкам - симпатичных молодых людей. Но если вы отправились гулять в лес, например, с собакой, что само по себе не самый худший вариант компании, то не забудьте и ее потом осмотреть - ведь мы должны быть в ответе за тех, кого приручили.

А что же делать, если клещ все же укусил и присосался?

В случае обнаружения присосавшегося клеща к коже его необходимо удалить, и целесообразно это доверить врачу или медицинскому работнику.

При самостоятельном удалении клеща постарайтесь соблюдать следующие рекомендации:

Прочную нитку необходимо подвести как можно ближе к хоботку клеща, завязать в узел, и, растянув концы нитки в стороны, извлечь клеща, подтягивая его вверх. Резкие движения недопустимы.

Если при извлечении клеща оторвалась его головка, которая обычно остается в коже и имеет вид черной точки, место присасывания протрите ватой или бинтом, смоченными спиртом, а затем удалите головку стерильной иглой (предва-

рительно прокаленной на огне). Так, как вы удаляете обычную занозу.

Удаление клеща необходимо производить с осторожностью, не сдавливая руками его тело, поскольку при этом возможно выдавливание содержимого клеща вместе с возбудителями болезней в ранку. Важно не разорвать клеща при удалении - оставшаяся в коже часть может вызвать воспаление и нагноение.

Некоторые считают, что для лучшего удаления хорошо накладывать на присосавшегося клеща мазевые повязки или использовать масляные растворы. Другие подобный метод категорически отрицают. Спорить и с теми и с другими не будем. Но попробуйте себе на рот и нос наложить густую мазевую повязку и подышать. А чем будет дышать клещ под слоем мази?

После удаления клеща, кожу в месте его присасывания обрабатывают настойкой йода или спиртом. Наложение повязки, как правило, не требуется.

Нельзя удалять клеща зубами, в этом случае не исключается заражение возбудителями инфекций через рот.

Человеку, который извлек клеща, необходимо тщательно вымыть руки с мылом, так как через ранки и микротрещины на руках возбудители инфекций могут проникнуть в организм.

Удаленного клеща желательно исследовать на инфицированность боррелиями и вирусами клещевого энцефалита. Для этого можете обратиться к инфекционисту, но он вас все равно отошлет в санстанцию.

Чтобы сохранить клеща, его следует поместить в стеклянный флакон (например, из-под антибиотика) и положить внутрь ватку смоченную водой. Флакон закупорьте крышкой и храните при температуре +4 С. Клеща требуется доставить в лабораторию в течение 2-х суток.

Профессор Алек Митчелл

ЧИСТИМ ПОЧКИ

Мы все от рождения являемся обладателями примерно одинакового здоровья. И каким оно будет дальше, зависит уже от самого человека. Часто мы ведем неправильный образ жизни, плохо питаемся, а о своем здоровье начинаем заботиться, когда заболеем. А потом удивляемся - откуда что берется: то отложение солей, то камни в почках.



ОТКУДА БЕРУТСЯ КАМНИ

Очень эффективным средством для вывода песка из почек является арбузная чистка. В сезон, когда созревают арбузы, нужно ими запастись и в течение 4-7 дней есть столько, сколько хочется, но при этом больше ничего нельзя есть. Если хочешь есть ешь арбуз, хочешь пить - тоже ешь арбуз. Вечером можно съесть кусок черного хлеба. Если вы почувствовали, что песок или камни пришли в движение - лягте в горячую ванну и продолжайте есть арбуз. Лежать так в ванной нужно часа два-три, добавляя туда горячую воду. Если эту чистку делать регулярно, то песок из почек уходит, а новый перестает образовываться. Эта чистка хороша и при пиелонефрите, и для профилактики камнеобразования.

Почечнокаменная болезнь, она же мочекаменная болезнь - наиболее часто встречающееся заболевание почек.

Как понятно из названия, это заболевание характеризуется образованием и накоплением в почечных чашках и лоханках, а также мочевыводящих путях, камней различного вида и формы. Почечные камни могут быть одиночными и множественными, разнообразными по величине. Различаются камни и по своему химическому составу. Процесс камнеобразования довольно сложен и не имеет смысла здесь его описывать. Достаточно сказать, что существенное влияние на возникновение и развитие почечнокаменной болезни оказывают следующие факторы:

ЧТО ВЛИЯЕТ НА КАМНЕОБРАЗОВАНИЕ

- Резкие и частые изменения уровня кислотности мочи, способствующие кристаллизации и выпадению в осадок труднорастворимых солей, которые впоследствии и становятся центрами камнеобразования.

● Низкая дневная норма потребления воды, что приводит к пересыщению мочи солями.

● Инфекции мочеполовой системы, вызывающие воспаление почечных лоханок.

● Нарушение регулярного оттока мочи.

● Гиподинамия.

● Кислородное голодание, связанное с недостатком кислорода в крови, омывающей почки.

● Пищевые факторы, обусловленные или однообразным питанием, или злоупотреблением продуктами, провоцирующими камнеобразование: алкоголем, кофе, чаем, молоком, мясными бульонами, копченой, острой, жирной, соленой и жареной пищей.

● Как считают целители, камни в почках образуются, когда человек чего-то или кого-то боится, но при этом гневается на источник этих эмоций. Если вы заметили это за собой, то вам не помешает проговорить следующую фразу: «Я легко развиваю проблемы прошлого». Повторять ее нужно как можно чаще.

КАК УСТРОЕНЫ ПОЧКИ

Наши почки так устроены, что сами себя очищают и способны верно служить нам долгое время. Но все же они нуждаются в определенной помощи. Прежде всего, для поддержания здоровья нужно, чтобы через почки проходило много воды. Поэтому, чтобы избежать заболевания почек и образования мочевых камней, в первую очередь, необходимо выпивать достаточное количество воды. Это также полезно для пищеварительной и сердечно-сосудистой систем. Пить нужно по крайней мере полтора литра в день - и это не считая потребления других продуктов питания и напитков. Конечно, нелегко выработать привычку выпивать в день столько жидкости. Однако

организм отблагодарит вас за дополнительные усилия. Те, кто пьет воду в достаточном количестве, не только сохраняют здоровье, но и будут моложе выглядеть. Правда, будьте внимательны и не забывайте, что обычная вода и минеральная - это не одно и то же. В минеральной воде содержится много минеральных солей, переизбыток которых может откладываться в почках в виде песка.

При камнях любого происхождения строго воспрещается употребление спиртных напитков, кофе, чая, шоколада, молока, мясных бульонов и консервированных продуктов.

Чтобы максимально щадить почки, надо все основные белоксодержащие продукты (мясо, рыбу) употреблять в первую половину дня, а более легкую пищу (овощи, фрукты) - во вторую половину дня. Людям с почечнокаменной болезнью также следует избегать продуктов, вызывающих запоры.

БУДЬТЕ ОСТОРОЖНЫ!

Приступать к любому лечению и очищению почек от камней надо только после установления характера имеющихся камней и посоветовавшись с врачом. В противном случае принятые меры могут лишь ухудшить ситуацию. **Поэтому, в первую очередь, надо полностью обследоваться и только тогда использовать любые народные рецепты.** Камни бывают уратные, фосфатные, оксалатные и смешанные. И каждый вид камней требует отдельного подхода в лечении.

АРБУЗНАЯ ЧИСТКА

В любом случае, любые чистки почек категорически противопоказаны, если:

- У вас выявлены кораллоподобные камни.
- Имеются крупные камни.
- Обнаружены опухолевые процессы в моче половой системе.

Не надорвите животики

МОЖНО, НО ЗАЧЕМ?

НА ВОПРОС: «**Может ли родить мужчина?**» современная наука отвечает, что технически - может. «Да, возможно все, но ЗАЧЕМ? Предположим, молодому человеку пересадят матку, но ведь у него изменится гормональный фон и он перестанет быть полноценным мужчиной, но никогда не станет женщиной. Кого воспитает этот человек? Ребенок может вырасти нормальным в семье, где у него, в идеале, есть папа и мама или хотя бы бабушка и дедушка.

Очень хорошо, если кормит ребенка грудью. В полной семье оба родителя автоматически передают своим потомкам навыки жизни, но для этого изначально должна быть семья. Ребенок там чувствует себя защищенным, любимым. Если этого не происходит, то вырастает такой, желающий «родить сам» юноша.

Нельзя, без особой необходимости, вмешиваться в естественное течение природных процессов. Подобное желание - это эмоциональная недоразвитость, незрелость. Нельзя решать свои проблемы искусственно. Ведь надо всего-навсего поверить в другого человека и дать природе делать свое дело».

РОДЫ И ФИГУРА

МНОГИЕ помнят нашумевший фильм, где главный герой, которого играет Арнольд Шварценеггер, легко и свободно рождает себе ребенка. В реальной жизни «роженка» подстерегают большие проблемы и не только с фигурой. Сохранить красивую, атлетическую фигуру Шварценеггера и обойтись на 9 месяцев только компактным животиком этому мужчине не удастся.

Женский организм готовится к деторождению всю жизнь.

Ребенок вынашивается в матке, а матка не просто орган, а именно женский орган, предназначенный природой для деторождения. Поступать с ним, как поступают домашние хозяйки, когда кладут в

валенок незрелый помидор, где он через пару недель благополучно созревает, к счастью, нельзя.

Позволим себе пофантазировать, что же может произойти с мужчиной, желающим родить. Чтобы предостеречь от экспериментов с природой. Жаль, что вместо нормального, естественного, зачатия или усыновления новорожденного из дома малютки мечтает о противоестественных путях. Что могло бы произойти? Для начала необходимо имплантировать «роженку» матку. Но для того чтобы в организме приросла и функционировала матка, нужно соблюсти много условий.

ЖЕНСКИЙ ОРГАНИЗМ ГОТОВИТСЯ К ДЕТОРОЖДЕНИЮ ВСЮ ЖИЗНЬ.

Матка постоянно подвергается циклическому воздействию женских половых гормонов, которые вырабатываются в яичнике. В первую фазу цикла яичники выделяют один гормон - эстроген, в этот период матка растет («вспахивается» почва для будущего плода), потом «зерно» (оплодотворенная яйцек-

летка) созрело и под влиянием второго гормона - прогестерона готовится (почва поливается, фаза секреции) к тому, чтобы зерно естественно росло и развивалось. Далее все идет своим путем. Если оплодотворения не свершилось, то наступают знаменитые «критические дни».

МУЖЧИНА С ПЕРЕСАЖЕННОЙ МАТКОЙ ПОДВЕРГАЕТСЯ ОПРЕДЕЛЕННОЙ ОПАСНОСТИ.

Для функционирования матки нужен яичник, но сегодня яичники не пересаживают, т. к. они в организме рассасываются. Значит, этот человек должен будет принимать искусственные гормоны, в первую

Мужчина с пересаженной маткой подвергается определенной опасности.

фазу - эстрогены, во вторую - прогестероны. В норме в организме мужчины должно быть небольшое количество женских половых гормонов. Но когда их переизбыток, то, естественно, организм не может не измениться. Чтобы ярко представить себе такого мужчину, вспомним тех, кто не знает меры в употреблении пива, которое содержит много эстрогенов. Картинка не очень симпатичная.

Меняется тембр голоса, появляются бедрышки, живот, гинекомастия (увеличиваются молочные железы), и это все эстрогены. Бог создал мужчину мужчиной, и если мы будем переделывать его в женщину, то ничего хорошего не получится. Если бы на Земле создалась ситуация, когда не осталось бы ни одной женщины, то и тогда «переделывание» было бы под вопросом».

Так что, дорогие мужчины, давайте следовать природным инстинктам, где «Богу Богово, а кесарю кесарево».

По материалам печати



«ЧП» НА СУШЕ И НА МОРЕ

ТРАВМЫ ПРИ КУПАНИИ

Большинство из них ничем не отличается от полученных на суше - те же переломы, вывихи, разрывы связок, раны, на которые распространяются общие правила первой помощи. Но есть и типичные для пляжного отдыха повреждения - так называемые травмы ныряльщика. Чтобы избежать их, не прыгайте в воду с крутого берега, моста, нависающих над водой деревьев, особенно если место незнакомое. Это часто заканчивается черепно-мозговой травмой или переломом позвоночника.

При ударе головой о дно человек теряет сознание и тонет. В этом случае на все спасательные мероприятия - от «извлечения пострадавшего из воды до освобождения его дыхательных путей от жидкости - отводится **всего 4-6 минут!**

АЛГОРИТМ ПОМОЩИ

1. Положите пострадавшего животом на согнутое левое колено, чтобы голова была ниже грудной клетки.
2. Сильно надавите обеими руками на обе половины грудной клетки и освободите дыхательные пути от воды.
3. Очистите рот от водорослей, слизи, рвотных масс при помощи платка.
4. Внимательно осмотрите пострадавшего. Кровотечение из ушей и носа может свидетельствовать о переломе основания черепа. При наличии этих симптомов человека нельзя переносить, тормошить, приводить в сознание. **Немедленно вызывайте «скорую»!**



О переломе позвоночника свидетельствуют сильная боль в спине, онемение и паралич тела ниже места повреждения. Проверьте реакцию зрачков пострадавшего на свет: если они сужаются, это хороший признак. Зрачковый эфлекс незначительный или полностью отсутствует? Зовите медиков

АЛГОРИТМ ПОМОЩИ

1. Осторожно положите пострадавшего на жесткую поверхность (широкую доску, лист фанеры, снятую с петель дверь).
2. Зафиксируйте шею, подложив под нее скатанное полотенце, рубашку, пляжный халат.
3. Чтобы предупредить травматический шок, дайте больному 1-2 таблетки любого анальгетика.

ОСТАНОВКА СЕРДЦА

Никогда не прыгайте с разбега в бассейн, реку, море. На перегревшееся на солнце тело воздействует сверхсильный раздражитель - холодная вода. Тут и у вполне здорового может произойти остановка сердца, сосудистый криз или судороги. Кругом - волны, и даже кратковременная потеря сознания приведет к трагедии.

Входите в воду постепенно, предварительно облившись ею у берега. Это правило в первую очередь касается пожилых, а также тех, кто страдает сердечно-сосудистыми заболеваниями.

СУДОРОГА

Свело ногу во время плавания? Удерживаясь на воде при помощи рук, постарайтесь разогнуть стопу больной ноги при помощи здоровой. Нет эффекта? Ущипните, уколите себя булавкой, заколкой или укуйте по сильнее (место принципиального значения не имеет): нервная система рефлекторно переключится на источник внезапной боли, и судорога прекратится.

Если это случилось в воде хотя бы раз, никогда не заплывайте на глубину! Нырять тоже не стоит: для усиленного движения ногами, направляющего вас ко дну, необходимо увеличение кровотока, между тем внезапное изменение положения тела вызывает спазм артерий и нарушает работу вен, что и приводит к болезненному сокращению мышц.

Не купайтесь в холодной воде, избегайте духоты, откажитесь от кофе и алкоголя: все это провоцирует судороги. Лучшая профилактика их - теплая ванна, расслабляющая мышцы.

УДАР - ТЕПЛОВОЙ И СОЛНЕЧНЫЙ

Первый возникает в результате общего перегрева организма - во время спортивных игр на пляже, любой физической нагрузки, а также в автобусе или душном непроветриваемом помещении. Второй - при действии на непокрытую голову прямых солнечных лучей.

Если нечто подобное приключится с кем-то из близких, у вас не будет времени вдаваться в подробности: пусть разбираются с причинами врачи «скорой». Для того, кто может оказать первую помощь пострадавшему, важно, что обе разновидности проявляются совершенно одинаково и требуют однотипных действий.

О приближающемся несчастье сигнализируют сильная головная боль и жажда, шум в ушах, «мушки» перед глазами, подкативший к горлу приступ тошноты, головокружение, слабость, бледность, холодный пот. Учащаются дыхание и сердцебиение, резко (до 40°) повышается температура.

АЛГОРИТМ ПОМОЩИ

1. Усадите пострадавшего в тени и холодке, попросите наклониться и низко опустить голову, тем самым обеспечив приток крови к мозгу.

2. Побрызгайте на его лицо холодной водой.

3. Смочите ватку нашатырным спиртом или одеколоном и поднесите к носу пострадавшего, затем разотрите его виски.

4. Напείτε его (только не пивом!).

5. При нарушениях сердечной деятельности дайте пострадавшему 20-40 капель кордиамина или валокордина в небольшом количестве воды.

6. Если пострадавший потерял сознание, облейте его и/или смочите в холодной воде носовой платок, косынку, футболку и положите ему на лоб и в те места, где проходят крупные сосуды: на боковые поверхности шеи, под мышки, в паховые области. Можно обернуть больного мокрой простыней.

7. Чтобы усилить приток крови к сердцу и голове, поднимите



вверх правую руку пострадавшего, а левую ногу, приподняв, туго забинтуйте от пальцев до бедра шарфом, широким поясом или другими подручными средствами. Через 15 минут повязку снимите и повторите процедуру, поменяв положение его рук и ног.

8. Началась рвота? Поверните голову пострадавшего набок, чтобы рвотные массы не попали ему в дыхательные пути.

НОСОВОЕ КРОВОТЕЧЕНИЕ

Оно чаще возникает именно летом из-за высушивающего действия жары на нежную слизистую оболочку полости носа, а также если вы слишком много ныряли и перегрелись на солнышке.

АЛГОРИТМ ПОМОЩИ

1. Сядьте на стул или в шезлонг. Желательно подложить под спину и голову высокие подушки. Ложиться на песок или топчан ни в коем случае нельзя! В горизонтальном положении кровь прильет к голове и пойдет еще сильнее. Но при этом стекать она будет задней стенке носоглотки, и покажется, что все прошло, хотя это и не так.

2. Хорошенько высморкайтесь в одноразовый бумажный платок. Если в носу останутся сгустки крови, они не дадут слизистой оболочке сократиться, а без этого кровотечение не остановится.

3. Закапайте в нос любой сосудосуживающий раствор - нафтизин, галазолин, отривин, тизин, санорин.

4. Скатайте ватный шарик, смочите его в 3% растворе перекиси водорода и введите в передний отдел носа, затем большим пальцем прижмите ноздри к носовой перегородке.

5. Положите на переносицу мокрый носовой платок, кусочек льда, завернутый в целлофановый пакет, и сверху тонкое полотенце.

6. Помогут 3-5 чаблеток аскорбиновой кислоты (витамина С) и глюконата кальция либо 2-3 ложки 10% раствора хлористого каль-

ция. Эти препараты останавливают кровотечение.

7. Воспользуйтесь рецептом народной медицины. Если кровотечение одностороннее, поднимите вверх руку с той стороны, откуда течет кровь, а другой рукой прижмите здоровую ноздрю к носовой перегородке.

8. Растворите в стакане холодной кипяченой воды столовую ложку лимонного сока или чайную ложку столового уксуса (только не эссенции!) Вылейте немного раствора на ладонь, осторожно втяните носом и зажмите ноздри пальцами на 2-3 минуты.

Лазурит для тела и души

В древности синий цвет считался мистическим и нематериальным цветом, олицетворяющим божественную истину и тайну. Он символизировал единство, устойчивость и вечность. Среди камней синего цвета большой популярностью пользовался лазурит, который называли небесным камнем.

Из прекрасного лазурита изготавливали синюю краску, которой расписывали алтари и иконы, собирая воедино силу камня, цвета, веры и идеи. Одновременно с этим были замечены и его целебные свойства.

В старину из прекрасного лазурита изготавливали пилюли, которые использовали при желудочных заболеваниях и для очищения организма как рвотное средство. Он применялся также для лечения глазных болезней и при ряде кожных заболеваний.

Есть данные, что порошок лазурита, смешанный с медом и соком листьев граната, способен лечить язвы, лишай, экземы. Возможно, эти лечебные качества лазурита связаны с наличием в его составе сульфидной серы.

Считалось, что неповторимый синий цвет небесного камня помогает при бессоннице. Широко использовался лазурит при падучей (эпилепсии).

Современные исследования показали, что лазурит целесообразно применять при малокровии, заболевании кожи, нервном истощении, астме, ревматических поражениях. Этот камень является эффективным противовоспалительным, противоожоговым, обезболивающим средством при ушибах.

Лазурит укрепит ваше тело во время духовного пробуждения, откроет разум для божественного, защитит от психических заболеваний и депрессии.

Согласно Аюрведе, лазурит дает крепость телу и сознанию, повышает у своего владельца чувствительность к духовному восприятию. Аюрведческая медицина рекомендует носить лазурит на шее в золотой оправе. Если вы занимаетесь медитацией, то помимо укрепления здоровья лазурит поможет вам в этом и сделает ваши занятия более результативными.

С давних времен лазурит дарят друзьям и влюбленным. Этот камень символизирует удачу. Носимый на шее лазурит служит нескончаемым источником успеха, придает своему владельцу жизненную энергию, стойкость и уверенность в себе.



Проблема - это не болезнь

Британский медицинский журнал назвал 174 надуманные болезни. Среди них: проблемы пожилого возраста, целлюлит, облысение, болезни, связанные со сменой часового пояса, веснушки, седина, похмелье.

Фармацевтическая индустрия является одной из наиболее успешных и прибыльных видов деятельности. Она активно развивается и старается решить проблемы не только больных, но и здоровых людей. Абсолютно резонно пропагандируя необходимость профилактики болезней, и предотвращения и недопущения развития, фармацевты все же иногда перегибают палку и говорят о проблемах, которые, может быть, и являются проблемами, но не являются болезнями. Дошло до того, что на рынок лекарственных средств выпущен препарат для застенчивых людей.

Болезни, которых нет?

Под обоснование необходимости применения подобных средств подводится необходимая научная база. Так, известная фармацевтическая фирма провела исследования, в результате которых выяснилось, что 45% женщин в возрасте от 18 до 59 лет страдают сексуальной дисфункцией. Казалось бы, цифра должна заставить задуматься практически каждую вторую женщину. Однако для того, чтобы попасть в эту категорию, женщине, принимавшей участие в исследовании, достаточно было дать один положительный ответ на 7 вопросов, каса-

ющихся таких проблем, как отсутствие желания, страх перед половым актом, отсутствие оргазма и т. п. Неужели им всем необходимо фармакологическое лечение?

Еще одним прибыльным рынком является рынок препаратов от облысения. Рекламные кампании апеллируют не только к косметическим (эстетическим) аспектам этой проблемы, но и будируют вопрос о скрытых заболеваниях, стоящих за этой проблемой. Зачастую естественный процесс появления седины также стараются представить как патологию. Естественная реакция пищеварительной системы на стресс выдается за «синдром капризного кишечника». Для лечения этой проблемы было изобретено лекарство, которое вызывало фатальные побочные эффекты из-за уменьшения поступления крови и было запрещено к продаже решением. Управления по контролю за качеством пищевых продуктов, медикаментов и косметических средств США.

Другой класс лекарств призван сделать из людей суперменов: изобретаются средства, призванные бороться с сонливостью на работе, трудностями концентрации, забывчивостью.

Конечно, на фоне нашего практически поголовного пренебрежения к своему здоровью, вероятно, лучше напугать людей со всех сторон, чтобы их задело хоть что-нибудь, заставило обратиться к врачу и дало возможность «поймать» развитие серьезного заболевания на ранней стадии. Но, с другой стороны, ко всему же надо подходить разумно и не кидаться пробовать на себе все новинки современного фармацевтического рынка, ведь сегодня в мире производится более 300 тысяч наименований лекарственных средств! Каждый год на рынок выводится около 40 новых препаратов.



...Хотя врач XIX века Фридрих Мюллер говорил: «Когда появляется новое лекарство, спешите им воспользоваться, пока не доказали, что оно неэффективно»

Электрические женщины

Домохозяйка Полин Шоу из Манчестера (Англия) нанесла ущерб собственному дому более чем на 8000 фунтов-стерлингов. Дело в том, что от прикосновения ее руки выходят из строя электроприборы, радио- и телеаппаратура. А однажды Полин дотронулась до обогревательного прибора в аквариуме, и рыбки просто сварились!

Однако бывают случаи, когда высоковольтное напряжение помогает людям. Мэри Кламзер из Оклахома-Сити принимала душ, когда в нее попала шаровая молния. Держа в руках ручку душа, 42-летняя

Женщина услышала сильные раскаты грома, и почти сразу же в ее квартире произошел мощный взрыв: стена ванной комнаты обуг-



лилась, а сама миссис Кламзер получила несколько ожогов! Ее пронзила страшная боль, и после этого разболелась голова. Эта история носила бы трагедийный характер, если бы не одна особенность: женщина не могла ходить, страдая мультиплексным склерозом. А после «встречи» с огненным шаром случилось чудо: она встала на ноги и через некоторое время смогла свободно передвигаться. Лечащий врач миссис Кламзер констатировал: все признаки склероза у его пациентки исчезли!

Лекарство от «супермикроба» из грязи

Проблема устойчивых к антибиотикам микробов может быть решена при помощи шотландского ила. Как заявляют представители фирмы AquaPharm Bio-Discovery, именно там им удалось обнаружить не-

сколько видов бактерий, выделяющих смертельные для возбудителей внутрибольничных инфекций вещества. Ими уже заинтересовались крупные фармацевтические компании.

Как рассказал технический директор компании Джонатан Дейвид, команде из пяти человек удалось обнаружить бактерии, вырабатывающие крайне эффективные антибиотики. Говоря о метициллин-устойчивом золотистом стафилококке, который стал настоящим бедствием для больниц страны, он заявил, что полученное вещество полностью убивает бактерию и предотвращает деление. Сообщается, что авторы открытия пока держат в секрете, какую именно бактерию им удалось приспособить для борьбы с внутрибольничными штаммами золотистого стафилококка. Они получают патент на ее использование. Ученые пояснили, что в природе бактерии таким образом защищаются от других микроорганизмов, которые могли бы вытеснить их из мест обитания.

В интервью корреспондентам Ассошиэйтед Пресс доктор Дейвид упомянул о том, что бактерии получают из ила, с поверхности камней, растений и беспозвоночных. «Практически - это копанье в грязи, - рассказал ученый - Мы ищем все, что, по нашему мнению, может представлять интерес. Есть определенные места для поиска, по существу, это вопрос опыта».

Ген отвечает за метастазы

Степень метастазирования опухоли (формирование в организме новых узлов из клеток, отделяющихся от первичной опухоли) является определяющим фактором в прогнозе исхода онкологических заболеваний. Чем больше количество метастазов и чем дальше они располагаются от первичной опухоли, тем меньше у больного шансов на выживание. Сотрудники Джорджтаунского университета открыли ген, оказывающий влияние на скорость метастатического процесса.

Обнаруженный учеными ген контролирует продукцию в клетках веществ, входящих в группу циклинов. Циклины вырабатываются на разных стадиях жизненного цикла клеток и являются важным звеном в процессах их роста и размножения. Нарушение регуляции гена и увеличение его экспрессии (работы) приводит к избыточному накоплению в организме циклина D1, что способствует распространению рака. Выключение гена из работы, согласно выводам исследователей, позволяет подавить миграцию опухолевых клеток и препятствует

таким образом формированию метастазов.

- Вскрытие причин, вызывающих метастазирование, позволит определить новые специфические мишени для действия противораковых препаратов, которые будут замедлять развитие опухолевого процесса, - отметил в интервью корреспонденту «BBC» доктор Ричард Пестел, представитель исследовательского коллектива.

Неаллергенные коты

Специалисты небольшой Американской компании «Трансгенетические животные», расположенной в городе Сиракузы (штат Нью-Йорк) собираются с помощью методов геной инженерии вывести кошек, не вызывающих аллергии у человека. Это позволит обзавестись котами миллионам людей, до сих пор лишенных такой возможности из-за своей подверженности аллергии. Доктор Зян-Жонг Янг из Коннектикутского университета уверен, что неаллергенные коты появятся уже в 2003 г, причем стоить они будут от 700 до 1000 долларов.

Как поясняют генетики, аллергическая реакция на кошек возникает в 60-90% случаев из-за особого протеина, способствующего увлажнению кошачьей кожи. Этот протеин синтезируется под управлением хорошо изученного гена «Серпи 1». Достаточно будет элиминировать этот ген, и кошки перестанут вызывать аллергию. Конкретно это будет сделано так: сначала исследователи размножат клетки кошачьей кожи в лаборатории. Затем в «Серпи 1» замечают в них «ошибочную копию». Полученные клетки введут в яйцеклетки из которых предварительно удалят генетический материал. Из яйцеклеток вырастят эмбрионы и трансплантируют их суррогатной матери. Именно такая техника используется сейчас для клонирования овец и телят. После того как будет завершена работа над неаллергическими кошками, компания «Трансгенетические животные» собирается заняться собаками.

По материалам печати



ВОЙНА И МАГИЯ

Не так давно мне в руки попал фантастический роман П.Андерсена «Операция хаос». В нем описывается, как некая экспедиция колдунов отправилась прямо в ад, дабы извлечь оттуда похищенного чертями человека. В аду колдуны, захватив какой-то замок, долго и успешно отражали атаки нечистой силы. Но вот демоны объявили, что к ним на переговоры отправлен парламентар — демон высшего круга, доверенное лицо самого сатаны. Парламентар явился. Им оказался Адольф Гитлер собственной персоной...

Подобное отношение к Гитлеру характерно как для Запада, так и для Востока. Без сомнения попытка представить фюрера как реальное воплощение демона, рожденного в человеческом образе — это все же преувеличение. Однако его повышенный интерес к оккультизму и различным формам магии чрезвычайно широко известен всему миру. Гитлер постоянно пользовался услугами первоклассных прорицателей, колдунов и астрологов, но еще больше он верил неким таинственным голосам, с которыми постоянно общался. Эти голоса его собственно и подвели.

Единственной реальной самой большой неудачей Гитлера была конечно война с Россией. Сегодня в странах Запада существует мнение, что Россия не сыграла значительной роли в войне и западные страны могли бы прекрасно справиться и без нее. Возможно лидерам этих стран хотелось бы, чтобы все было именно так. Но вспомним как Гитлер практически мгновенно в

течение нескольких месяцев разгромил и подмял под себя западную Европу. Ему оставалось лишь покончить с Англией, не успевшей ввести на свою территорию войска из колоний. Фактически безоружная страна была совершенно беззащитна против вторжения

Гитлер, надо отдать ему должное, в Западной Европе действовал как грамотный полководец. Если бы он решился разгромить Англию, то скорее всего и США долго бы не удержались. Однако здесь он сделал первую ошибку: недооценив силу России, напал на нее. И в этой стране очень надолго увязла основная масса его войск.

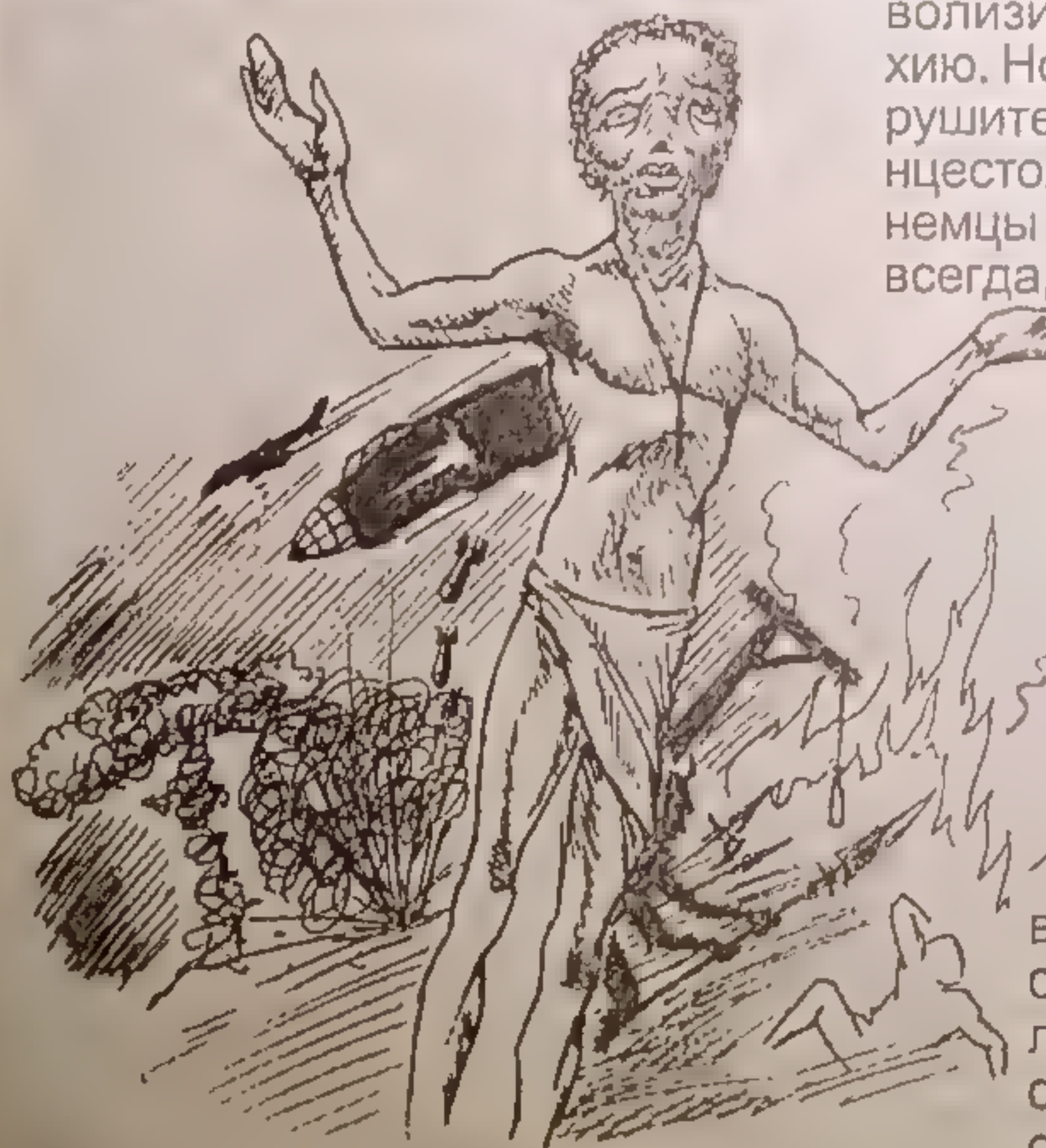
По сути, если рассматривать войну Гитлера с Россией, то для Германии это была длительная цель сплошных неудач. Война началась, как известно, 22 июня. Однако считается, что эта дата — день летнего солнцестояния неудачен для любых начинаний. Этот день как и нацистская свастика, которая представляет собой вывернутую наизнанку авестийскую свастику, символизирует разрушительную стихию. Но пытаясь использовать разрушительную силу дня летнего солнцестояния против стран, с которой немцы пытались покончить раз и навсегда, в действительности Гитлер

обратил силу этого дня против самой Германии. В своей стратегии завоевания мира немцы использовали многие оккультные символы и учения. В частности, в Германии усиленно проповедовалась теория Хербигера, согласно которой в мире происходит вечная борьба творческого огня с инертной массой льда. При этом роль огня отводилась немцам, а лед олицетворяли славяне.

Даже в самой немецкой армии использовалась символика, позаимствованная в черной магии. Так, одна из лучших дивизий СС называлась «мертвая голова», а ее символом служил человеческий череп. Гитлер знал, отрезанная у противника голова или как ее называют в магии «терасим» есть источник оккультной силы. Не случайно у древних было принято собирать черепа врагов, а также их скальпы. В этом случае сила и удача врага переходили к победителю. Гитлер, как известно, покончил с собой именно в Вальпургиеву ночь — 1 мая, когда по всей планете ведьмы собираются на шабаши и — ирония судьбы — после захвата рейхстага пришла директива: Сталин требовал привезти в Москву отрезанную голову Гитлера. Так утверждается.

Однако и в нашей тогда еще атеистической стране надвигающаяся война была связана с некими сверхъестественными явлениями. Правда, в отличие от Германии здесь, если верить имеющейся информации, большую активность проявляли не колдуны, а церковь. **Так, в самый канун войны старцу в Валаамском монастыре было видение — божья мать и сонм святых молили Христа, чтобы он не оставил Россию в грядущей беде. Спаситель ответил: «Россия должна быть наказана за свои беззакония и мерзость запустения».** Однако святые продолжали молить и наконец Спаситель сказал: «Я не оставлю Россию!» После этих слов Богородица уже одна продолжала молить и сын ответил: «Я знаю как ты любишь Россию и ради слов твоих не оставлю ее. Накажу, но сохраню...»

Известный швейцарский психиатр, Карл Густав Юнг, один из «отцов» психоанализа, еще в 1918 году



предсказал неизбежную победу националистического движения в Германии. Тогда же он предсказал и неизбежность второй мировой войны. Он писал о национализме, как о проявлении коллективного бессознательного германцев. В его статьях речь шла о языческом, антихристианском по своей сути наборе духовных ценностей, который христианская идеология за века своего диктата вытеснила в область коллективного бессознательного нации. **И вот, в разбитой стране, удушаемой кризисом, из глубин коллективной памяти вновь поднимается Вotan, языческий бог древних германцев. Его явление предчувствовал еще Ницше, но, будучи профессором философии, называл его Дионисом — тем самым божеством, которое иудейские ортодоксы отождествляют с Сатаной.** Во всяком случае, именно так сей бог назван в Библии, в той из ее историй, когда наследники Александра Македонского, пытались заставить евреев приносить жертвы государственному божеству.

И вот, именно этот древний бог, войдя вновь в сознание нации, на время стал покровителем Германии, и источником ее побед. В материальном же воплощении власть поднявшегося из бездн божества явил собой Гитлер.

Однако, как ни странно, этому правителю доставалось и справа, и слева. Против него, вопреки ожиданиям, поднялись и черные маги западного мира. Так, 1931 июня 1940 года в южной Англии собрались наилучшие маги и ведьмы из всех тамошних мистических орденов. Их было больше тысячи; целью собрания было — провести ритуал по принципу «конуса силы», с целью отвести от Англии вторжение германских войск.

В то время Англия была почти полностью безоружна. Почти все регулярные войска оставались на службе в колониях и не успели вернуться в страну; высадке вермахта противостоять было некому. Возможно, ритуал оккультистов был единственной надеждой. Я не знаю в точности, как проводилось само это действие, достоверно известно только одно: вскоре после его окончания большое количество участ-

ников ритуала умерло от истощения сил. Конечно, трудно проверить, насколько он был действенным, но достоверно известно, что вторжение не состоялось. Адольф Гитлер принял самоубийственное для себя решение — повернуть войска на Россию, где и увяз, теряя силы. И одновременно получая удары в спину от не завоеванной Англии.

Мы мало знаем о тайных случаях применения магии во время военных действий. Однако, все же можно считать, что во второй мировой войне использование тайных сил и ритуалов применялось так часто, как ни в одной другой. Не исключено, что роковые ошибки Гитлера во многом были результатом магических воздействий.



Но все же, чем объяснить, что его действия вызвали столь ярое противостояние оккультистов во всем мире? Христос утверждал: Тот, кто служит дьяволу, не может противостоять ему. Видимо, далеко не все оккультисты служат дьяволу. Как, впрочем, и не все попы — Богу.

В первые же дни войны в далекой Ливии митрополит Илия спустился в подземелье, где не было ничего, кроме иконы Божьей Матери. Трое суток он молился перед ней, прося открыть ему что может спасти

Россию. На третий день ему явилась Богоматерь в столпе огненном и повелела донести до правителей российских и народа: в стране должны быть открыты храм, монастыри и семинарии, всех священников вернуть с фронтов и освободить из тюрем. В Москве перед образом Божьей Матери отслужить молебен, после чего икона должна быть переправлена в Ленинград, который ее присутствием будет непременно спасен. После этого она должна быть отправлена в Сталинград и оттуда следовать с войсками до границ России.

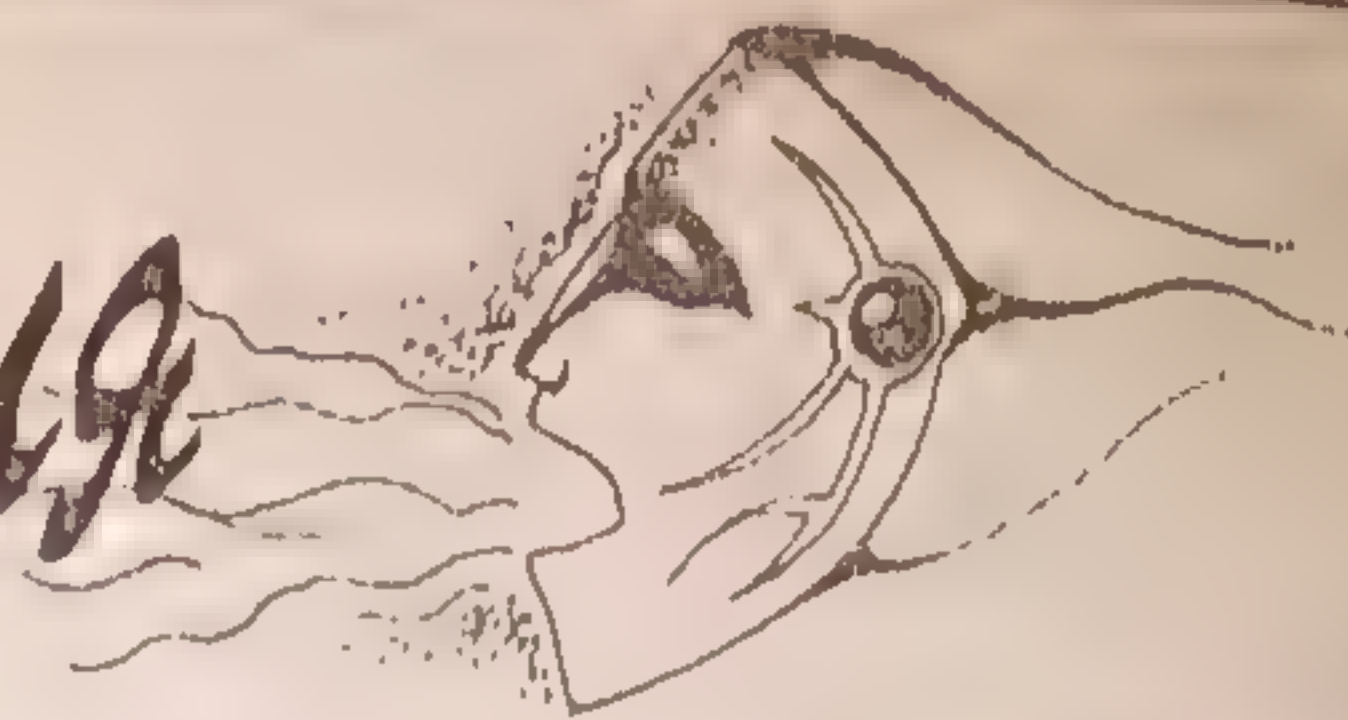
Владыко связался с представителями русской православной церкви и Советским правительством и передал им наказ. Может быть это странно, но Сталин, которого боялись все, внял пророчествам неведомого монаха. Все было исполнено. После войны в 1947 году Сталин пригласил Илию в Россию, ведь все переданные им пророчества сбылись. Ему были преподнесены иконы Казанской Божьей Матери, крест

и панagia, украшенная камнями из всех областей России. Сталин присудил Илию премию своего имени, но Владыко от этой чести отказался, сказав, что монаху деньги не нужны.

Предпринятые с противоположной стороны магические старания немцев оказались в основном бесплодными. Их ныне всем известная погоня за знаменитыми магическими символами, которые германские агенты собирали по всему миру, не дала ощутимых плодов. Россия оказалась подобно пружине, сопротивление которой растет по мере сжатия. Видимо сам Гитлер вполне сознательно ассоциировал себя с высшим духом зла, по-арийски именуемым Ангра-Манью. Но время великого разрушения тогда еще не настало. Сокрушив власть Гитлера, Россия не допустила установления в мире жуткого царства сатаны. Но это, к сожалению, не спасло империю от наступившего позже краха и разрушения.

Доктор Морро

Трагедия дыхания



Многие люди дышат слишком часто (а норма - 16 вдохов в минуту в спокойном состоянии) и неглубоко, время от времени задерживая вдох и выдох. Такой тип дыхания называется поверхностным. В результате легкие не успевают как следует проветриться - свежий воздух поступает только в наружные отделы, большая же часть объема легких остается как бы невостребованной, то есть воздух в ней не обновляется. А вирусам и бактериям только этого и надо.

Проверьте, правильно ли вы дышите. Для этого положите перед собой часы с секундной стрелкой, сядьте поудобнее, расслабьтесь, расправьте плечи. Сосчитайте, сколько вдохов-выдохов вы делаете в течение минуты. Проследите за ритмом дыхания: соотношением вдоха и выдоха, расстановкой пауз в этом цикле. Определите, как именно вы дышите: активно расслабляя живот - **брюшной тип** дыхания, поднимая и опуская грудную клетку - **грудной тип**, совмещая то и другое - **смешанный тип** дыхания.

Если вы делаете менее 14 вдохов в минуту - замечательно. Так дышат обычно хорошо тренированные и выносливые люди. Можете по праву гордиться собой. Вбирая воздух полной грудью, вы даете легким расправиться, прекрасно вентилируете их, то

есть делаете ваш дыхательный тракт почти неуязвимым для возбудителей инфекции.

Неплохим результатом считается от 14 до 18 вдохов в минуту. Именно так дышит большинство практически здоровых людей, которые могут болеть гриппом или ОРВИ не более 2 раз в сезон.

Более 18 вдохов в минуту - это уже серьезный повод для беспокойства. При поверхностном и частом дыхании в легкие попадает лишь половина вдыхаемого воздуха. Для постоянного обновления легочной атмосферы этого явно недостаточно.

Иногда можно найти причину, мешающую вам вдохнуть полной грудью. Может, вы часами сидите за письменным столом или компьютером? У вас избыточный вес? Вы склонны к перееданию? Как можно скорее устраните эти причины или хотя бы начните с ними бороться - дышать сразу станет легче.

Теперь поговорим о **дыхательном ритме**. Удлиненный вдох - пауза - короткий выдох. Именно так дышат бодрые люди, которых отличает высокая работоспособность. Если чувствуете, что вот-вот расклеитесь, попробуйте войти в мобилирующий дыхательный ритм, чтобы ощутить прилив сил и активизировать защитную систему. Организм очень мудро устроен: вдох - возбуждающий фактор, выдох - успокаивающий.

Короткий энергичный вдох - растянутый выдох - пауза. Этот ритм действует как успокоительная таблетка. С помощью такого ритма нервная система расслабляет мышцы, избавляясь от внутреннего напряжения. Стали часто вздыхать без видимой причины? Это организм пытается ненавязчиво напомнить нам - пора сделать перерыв, отдохнуть. Не пренебрегайте его подсказкой. Помните, хроническая усталость ослабляет иммунную систему.

Недостаточно четкий ритм дыхания с периодической задержкой вдоха или выдоха в сочетании с частым и поверхностным дыханием во много раз повышает вероятность заболевания гриппом или ОРВИ. И не только. Неправильное дыхание, помимо того что затрудняет работу легких, нарушает сопутствующие движения диафрагмы, которые в норме должны улучшать и облегчать деятельность сердца,

активизировать кровообращение в органах брюшной полости и малого таза.

Брюшное (диафрагмальное) дыхание характерно для мужчин, маленьких детей и спящих людей независимо от их пола и возраста. Если у вас такой тип дыхания, не носите тесные джинсы, узкие пояса и ремни. Не спите на животе. Не надо требовать от малыша «Втяни живот!» - в таком виде мышца брюшного пресса выключается из дыхательного цикла и вентиляция легких ухудшается. Для выработки брюшного дыхания попробуйте делать специальные дыхательные упражнения.

■ Расстелите на полу гимнастический коврик, лягте на спину, положите ладони под голову и слегка согните ноги в коленях.

■ Напрягите мышцы брюшного пресса и втяните живот, энергично выдыхая воздух.

■ Выдержите небольшую паузу, пока не почувствуете потребности вдохнуть.

■ Сделайте вдох с помощью диафрагмы, как бы наполняя живот воздухом.

■ После небольшой паузы выдохните, сильно втягивая живот.

Грудное дыхание природа приберегла для женщин. Но и мужчины, сидящие над ворохом бумаг, перед экраном телевизора или за рулем, тоже дышат в этой несвойственной сильному полу манере. Главное - чтобы сам процесс был четко отлажен, для чего потребуется тренировка.

■ Лягте на живот, выпрямите ноги и примите позу отдыхающего льва: слегка приподнимите грудную клетку, опираясь на ладони и предплечья согнутых в локтях рук.

■ Напрягая межреберные мышцы, медленно наберите полную грудь воздуха, чтобы грудная клетка приподнялась.

■ Задержите дыхание на несколько секунд, а затем произведите короткий выдох, расслабляя мышцы и опуская грудную клетку.

■ Выдержите небольшую паузу, а когда появится потребность сделать вдох, повторите дыхательный цикл сначала.

Освоив грудное и брюшное дыхание и соединив эти навыки в одно целое, вы почувствуете, насколько крепче станет ваш организм. Но не останавливайтесь на достигнутом.



Полное (смешанное) дыхание, в котором одновременно участвуют брюшной пресс, диафрагма и межреберные мышцы, считается самым здоровым. Не только легкие, но и сердце, кишечник, печень работают, как часы, у тех, кто правильно дышит. При таком дыхании повышается сопротивляемость бронхов и носоглотки к неблагоприятным воздействиям. Так что никакие вирусы будут вам не страшны.

■ Встаньте прямо, расставив ноги на ширину плеч и опустив руки вдоль туловища. Выдохните воздух и подождите, пока не появится потребность во вдохе.

■ Считая в уме до 8, медленно вдохните через нос, последовательно направляя воздушную струю снизу вверх: сначала - в живот (при этом слегка его выпятив), затем - расширяя грудную клетку, а потом приподнимая плечи. В конце вдоха живот должен быть слегка втянут.

■ Энергично выдыхайте в той же последовательности: сначала расслабьте диафрагму и напрягите брюшной пресс, втягивая живот, затем расслабьте межреберные мышцы и опустите плечи.

■ Выдержите небольшую паузу, а когда появится желание сделать вдох, повторите все сначала. Делая полный вдох, слегка приподнимайте голову, а при выдохе немного опускайте.

Тренируйтесь таким образом хотя бы несколько раз в день. Лучше всего делать это на свежем воздухе во время прогулки спокойным шагом. Но нельзя глубоко дышать, если вы находитесь на улице, заполненной движущимися автомобилями.

Утром и днем во время прогулки применяйте активизирующий тип полного дыхания: удлиненный вдох (на 4-6 шагов) с паузой (на 2 шага) и укороченный, но активный выдох (на 2 шага). А вечером перед сном дышите в успокаивающем режиме: короткий полный вдох (на 2 шага), удлиненный выдох (на 4 шага) и пауза после выдоха (на 2 шага).

Помните, что усиленная вентиляция легких без соответствующей тренировки может привести к избыточной потере углекислоты - у вас закружится голова, можно даже потерять сознание. Чтобы этого не произошло, занимайтесь в хорошо проветриваемом помещении, утром - натощак или днем через 3 часа после еды. Обязательно выдерживайте паузу после каждого выдоха и постепенно увеличивайте время занятий от 2-3 дыхательных циклов до 10-15 в течение одного занятия.

Двигатель ЖИЗНИ

«ЗАЧЕМ мы дышим?» - еще триста лет назад большие ученые все-таки спорили на эту тему. Считалось, что через легкие из организма выходит «лишнее» тепло. Чтобы развеять это заблуждение, английский естествоиспытатель Роберт Гук провел эксперимент. Не согласным с ним членам Королевского научного общества он предложил подышать какое-то время в герметичном мешке. Опыт прекратился, едва начавшись: ученые мужи стали задыхаться. Правда, согласились с Гуком все равно не все участники эксперимента. Современная наука способна объяснить и это недоразумение: если дышать несвежим воздухом, в мозг поступает слишком мало кислорода - и даже умный человек временно глупеет.

Прежде чем добраться до легких, воздух проходит через целую сеть органов, которые доводят его до состояния кондиции. В носу помещается аж 12 см² слизистой, которая вмещает в себя около 16 тысяч слизистых железок. За сутки они вырабатывают 0,75 - 1 л слизи, которая равномерно распределяется по участкам дыхательных путей тонюсеньким слоем в 5 - 7 мкм. Вдыхаемый воздух вихрем проносится по слизистой носа и за время пути успевает нагреться до 37°C и достичь влажности 95%. За 16 - 18 дыхательных движений в минуту мы успеваем впустить в себя 4 - 6 л воздуха. При физической нагрузке эта цифра может возрасти до 30 л. Доставить воздух до легких - только половина дела, поэтому привычный для нас процесс дыхания медики называют внешним. Внутреннее происходит в тканях: организм отдает образующийся в процессе жизнедеятельно-

Чем мы дышим, %

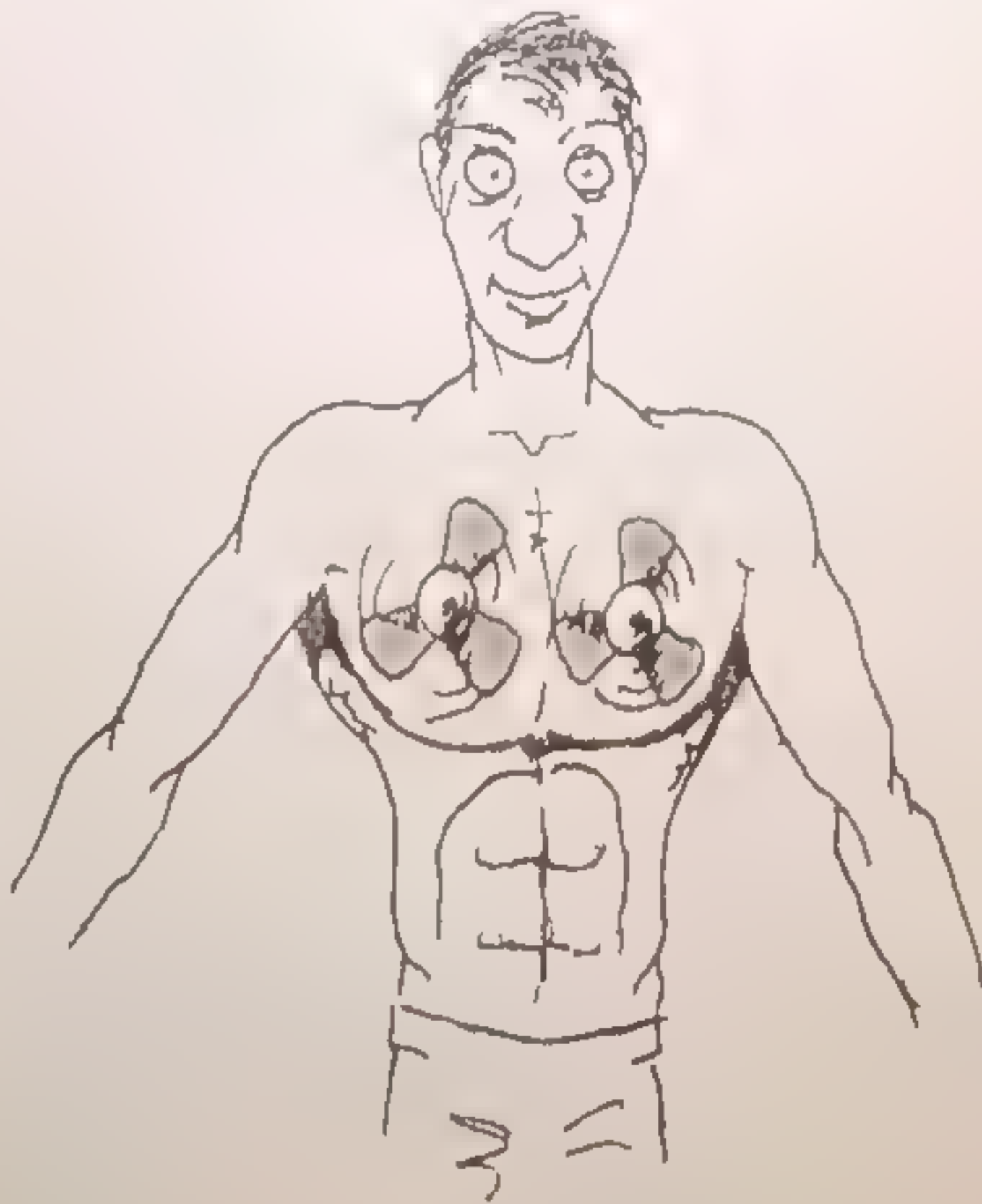
	Вдыхаем	Выдыхаем
Азот	79	79,5
Кислород	21	16,4
Углекислый и др. Газы	0,03	4,1

сти углекислый газ и получает кислород.

Легкие - уникальный орган. Только через него проходят и малый, и большой круг кровообращения. С одним по организму расходится кислород, с другим легкие этот же кислород потребляют: на содержание самих легких уходит 20% драгоценного газа. Только в малом круге кровообращения, проходящем через легкие, возможен такой парадокс: венозная кровь - в артерии и артериальная - в вене. В каждом легком есть ворота - место, куда входят главные бронхи и легочная артерия, несущая от сердца бедную кислородом венозную кровь. А выходят из ворот две легочные вены, в которых кровь уже обогатилась кислородом и стала артериальной. Общая площадь дыхательной поверхности легких составляет около 100 м², это число складывается из площадей 300 - 400 млн. альвеол.

Легкие защищены изнутри (реснитчатым эпителием бронхов) и снаружи (грудной клеткой). Но во всякой обороне есть слабое место. Верхушки конусообразного парного органа направлены в область шеи и на 2 - 3 см выступают над ключицами, абсолютно беззащитные перед крепким ударом. Реснитчатый эпителий внутри бронхов подхватывает и выносит наружу все инородные частицы больше 3 мкм. Однако мусор более мелкий продвигается с током воздуха на «окраину» легких и откладывается в их ткани, **поэтому у курильщиков и тех, кто работает на пыльном производстве, в загазованной атмосфере, изначально светлорозовый орган постепенно сереет.**

Когда на легкие взваливают непосильный труд - обогащать организм кислородом, который сами они недополучают, человек начинает зевать. Поэтому в душном помещении все становятся похожими на соню и бездельников. На самом деле форсированный вдох возникает, когда головной мозг испытывает недостаток кислорода. Так что если одолевает зевота - пора на свежий воздух.



- А скажите мне Матвей Иванович, - начал я разговор с народным доктором в очередную нашу встречу, - Вот читатели, в основном мужского пола иногда интересуются: существуют ли лекарства на основе спирта. Мы в рубрике «Вредные привычки» постоянно ругаем алкоголь, но ни для кого не секрет, что имеются лекарства, в основе которых спиртовая настойка...

- Я, молодой человек, сам не пью и другим никогда этого не советую. - сухо прервал меня дед Матвей, - но уж коль вас, а точнее читателей, такой вопрос заинтересовал, так и быть, поделюсь. Но учтите, и расскажите читателям, что увлекаться подобным не следует, чтобы после не пришлось лечиться от более серьезных болезней. Еще скажу, что в народной медицине достаточно вполне эффективных средств, использование которых помогает гораздо лучше, нежели употребление серых градусной. Постарайтесь запомнить это сами и внушить вашим читателям.

И все же, видя мою растерянность, Матвей Иванович поделился некоторыми знаниями, которые, как мне бы очень хотелось, не пришлось применять никому.

Валерий Веселов.

ЛЕЧЕНИЕ ПОД ГРАДУСОМ

Для исцеления люди издавна применяли всевозможные средства. И, конечно же, не могли обойти вниманием алкоголь. Естественно, для подобного лечения важна мера.

Корично-гвоздичная водка от головной боли

50 г гвоздики, 50 г корицы, 1 л водки. Гвоздику и корицу смешать, добавить 10 мл водки и потолочь деревянной толкушкой. Полученную массу поместить в банку и залить 1 л водки, накрыть крышкой. И поставить в теплое место. После того, как водка простоит 3 недели, ее можно процедить. Прежде чем разлить по бутылкам, ее можно подкрасить в желаемый цвет и подсластить по вкусу.

Настойка от атеросклероза

300 г сухого корня девясила настоять в 0,5 л водки и принимать по 25 г настойки 2 раза в день перед едой. За курс лечения принимают до 1 л настойки.

Для укрепления волос

При выпадении волос втирать в кожу головы луковый сок с коньяком и отваром корней репейника. На 1 часть коньяка 4 части лукового сока и 6 частей отвара.

БОЮСЬ ЗАБОЛЕТЬ РАКОМ

Далеко впереди всех человеческих страхов - боязнь заболеть раком. Опросы показывают, что даже СПИДа люди боятся меньше, потому что о ВИЧ-инфекции вспоминают, как правило, после случайного сексуального контакта.

«Спусковым крючком к развитию онкофобии чаще всего служит смерть близкого человека или знакомого от рака, если эмоциональное потрясение попадает на благодатную почву, очень скоро страх заболеть становится мучительным, потому что над человеком довлеет мысль: излечимы все болезни, кроме рака, значит, бояться нужно именно его».

Распространению ужаса перед опухолями особенно способствует реклама сомнительных медицинских препаратов (корней, костей, хрящей, пилюль, порошков), якобы уникальных (эксклюзивных), натуральных, природных), способных одолеть рак, а заодно вылечить и от всех существующих заболеваний. Реклама таких продуктов исподволь внушает мысль: врачи с раком справиться не способны.

Заодно с рекламой действуют парамедицинские издания. Научные

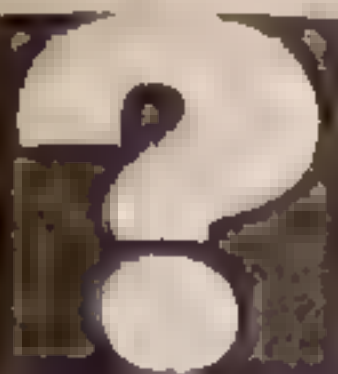
журналы, где публикуется самая свежая информация о достижениях медицины, и до врачей-то доходят не всегда. Зато к услугам неспециалистов на книжных лотках и сайтах Интернета всегда есть брошюры на любой вкус с ответами на все вопросы; и почему рак возникает (факт, между прочим, до сих пор точно не установленный), и кто им болеет (хотя группы риска действительно существуют, принадлежность к одной из них вовсе не гарантирует болезнь), и как лечиться. Цены бы не было такой литературе, если бы писали ее люди грамотные и бескорыстные.

Информация не значит правда

В итоге получается, что информации о раке - полно, а правды в ней - с гулькиным носом. 70% людей признались, что прекратят всякие отношения со знакомым, у которого нашли рак, из-за страха... заболеть самим. Результаты опроса показывают, что две трети людей не знают об опухолевых заболеваниях даже элементарного: что рак

не заразен. Значит, все достижения медицины остаются для большинства людей настолько неведомыми, что само слово «рак» все еще ассоциируется со «смертью». Инфаркты и инсульты почему-то кажутся куда более безобидными, хотя именно от них умирают чаще всего. Жил человек, не тужил, внезапный приступ - и его не стало. Даже времени побороться не остается. А вот раковая опухоль практически всегда развивается годами, и любую можно одолеть, если обнаружить ее на начальной стадии.

«Чудо-исцеление» практически никогда не справляется с онкофобией, человек лишь «подсаживается» на «нетрадиционную» медицину, безоговорочно доверяя своему «спасителю». Хуже всего в таком случае даже не пустая трата приличных сумм денег; а то, что человек напрочь забывает дорогу к врачам. Хотя реально один только страх не способен спровоцировать появление опухоли, состояние постоянного стресса крайне малополезно для здоровья. И при прочих равных условиях у такого человека шанс действительно заболеть повышается.

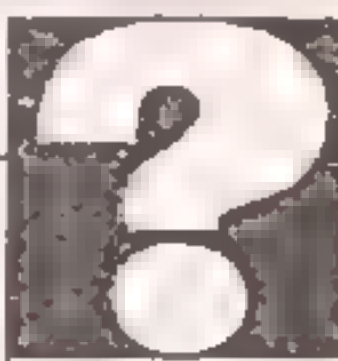


У меня вопрос на счёт витаминов Джунгли. Скажите, их принимать малышу, ведь на упаковке написано от 4 лет и старше? Они полностью всасываются в организме ребёнка? Мы уже их принимаем, вроде всё нормально. Скажите, а поливитамины Мульти-табс - от 1-4 лет - уже можно ему принимать? Действие витаминов не ухудшается, если их измельчать во фруктовом пюре, например (а то он выплёвывает таблетки, как бы я ни старалась их затолкнуть)? И ещё у меня вопрос о витаминах Витрум и Центрум. Говорят, что они не полностью всасываются организмом, что есть русские гомеопатические аналоги лучшего качества. Может посоветуете, что принимать мне самой?

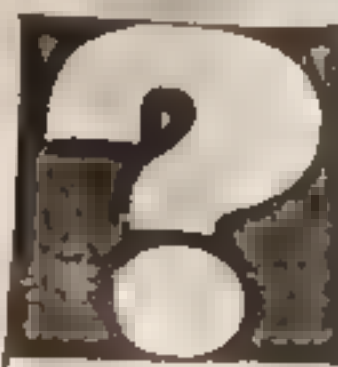
Принимать можно не полную таблетку, а половинку один раз в день. Всасываются они полностью или нет, зависит от состояния желудочно-кишечного тракта ребёнка (есть у него заболевания желудка и кишечника или нет), от состояния и нервной системы, от потребности ребёнка в витаминах. Мульти-табс принимать можно, если вам есть 11 полных месяцев. Действие витаминов не изменяется от того, что вы смешиваете их с фруктовым пюре. Но если сейчас у вас лето и вы даёте ребёнку регулярно фрукты, витамины можно не давать. Вместо химических витаминов и вам и ребёнку лучше пить круглый год травяные чаи - витамины из этих чаев прекрасно усваиваются организмом и от них не бывает побочных эффектов.

Для лечения офтальмопатии рекомендуется носить темные очки, спать с приподнятым изголовьем, периодически принимать мочегонные средства (фуросемид по 40 мг 2 раза в неделю утром, после консультации с врачом), закапывать в глаза гидрокортизоновые капли (по 1-2 капли 2 раза в день в каждый глаз) и закладывать за веки гидрокортизоновую мазь. В комплексную терапию включайте я

также иммуномодуляторы (иммунал, эхинацея, левзеи настойка или женьшеня по 30-40 капель 2 раза в день в течение 2 недель). Преднизолон внутрь применяют только при тяжелой степени офтальмопатии и только под контролем врача - самостоятельный прием гормонов может привести к осложнениям, которые в дальнейшем будет тяжело откорректировать.



У меня эндокринная офтальмопатия. Эндокринолог прописал мерказолин и сказал, что состояние глаз должно улучшиться. По состоянию глаз доктор собирается подбирать мне дозы лекарства, но что-то этого не происходит, прочитала, что лечение ЩЖ не оказывает прямого влияния на течение ЭО. Могу ли я применять преднизалон или что-то еще самостоятельно, очень тяжело смотреть на мир такими глазами, к эндокринологу мне только через 2 недели. Что говорит народная медицина по поводу этого заболевания?



Длительное время с врачом пытаемся вылечить воспаление яичников, поставлен диагноз хроническое воспаление. В целом чувствую себя нормально, явной болезненности нет, небольшие бели. Периодические молочницы. Мне курсами назначают витамины, рассасывающие (Алоэ, Гумизоль), и противовоспалительное (Диклофенак). Сдавала анализы на урогенитальные инфекции, обнаружили герпес и цитомегаловирус (хотя явных проявлений этих заболеваний не было), на иммуни-

тет не жалуюсь, болею редко. Недавно повторила курс лечения и прошла физиолечение (магнитотерапия). Временное улучшение, а через месяц-два повторное воспаление, сейчас слева. Врач подозревает какую-то инфекцию (какую не говорит). Назначила макронен в течение 7 дней и диклофенак, после опять физиопроцедуры (какой-то ДМВ). Скажите, насколько моя ситуация похожа на наличие инфекции в организме, почему она и не обнаружилась при сдаче анализов. Какое лечение хронического воспаления еще возможно, потому что надоело уже!

Любое воспаление вызывается инфекцией. Инфекций существует очень много и почти все они могут вызвать воспаление яичников. Периодические молочницы говорят о том, что у вас нарушено соотношение влагалищной микрофлоры и кишечной (дисбактериоз). Когда в организме присутствует дисбактериоз и хроническое воспаление, это свидетельствует о том, что с иммунитетом не все так хорошо, как могло бы быть. Я бы вам рекомендовала временно отдохнуть от лекарств, заняться лично собой - отдохнуть, поваляться на солнышке, купаться, заниматься гимнастикой, перейти на молочно-растительную диету.

ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫЙ ОТПУСК

Во второй половине месяца ахождение Меркурия в знак Льва диктует свои условия: усиливается тяга вырваться из рутинного однообразия, творческий полет мысли заставляет мечтать о том, что раньше казалось несбыточным, а теперь вот стоит только протянуть руку... Хочется праздника для души и для ума. И, конечно же, многих понесет в отпуск. Что же, время неплохое, только не стоит злоупотреблять спиртным – сейчас это чревато, особенно если вы отдыхаете вблизи воды. И все же тем, кто уходит в отпуск в августе не стоит разочаровываться, мягкое влияние Венеры в этот период обеспечит им запоминающийся отдых и массу культурных мероприятий.

Ну а что касается июля, то всем можно посоветовать расширить свой круг общения, не много отдохнуть, а также заняться ремонтом или благоустройством своего жилища. У женщин в этот период увеличивается вероятность зачатия. 25-27 июля – очень хорошие дни для общения, знакомств, установления нужных связей и просто для отдыха.

Но имейте в виду: обратная сторона текущих планетарных влияний – заиктивания на собственной персоне, необъективность, что может создавать конфликтные ситуации.

После 28 июля наступает период, когда явно выраженные активные, а тем более агрессивные действия не приветствуются звездами. Не стоит вступать в судебные разбирательства, начинать ухаживания, проводить плановую хирургическую операцию, начинать любую важную авантюру, покупать автомобиль, отправляться в опасное путешествие или осуществлять базисные перемены в жизни. Такое планетарное влияние будет актуально в течении двух месяцев.

16, 17, 18 июля
Луна в Рыбах

В эти дни, как правило, ослабляется чувство реальности. Наблюдается всплеск эмоций, смутных страхов, неясных переживаний и предчувствий. Тайные дела, совершаемые в эти дни, обязательно выйдут на поверхность. У людей усиливается религиозность в плане здоровья стоит поберечь ступни ног, противопоказаны операции на ступнях ног и пальцах. Алкоголь категорически противопоказан. Будьте осторожны с отравляющими веществами, а также с применением психотропных лекарственных препаратов. 18 июля – хороший день для завершения дел, для физической работы, проявления любого вида дел, для примирения, благотворительности, творчества, юридических дел, рекламы. Неблагоприятно для больших начинаний, для излишеств в наслаждениях, для тайной любви и измен. Состояние здоровья требует повышенного внимания.

19, 20, 21 июля
Луна в Овне

Один из самых активных и энергичных дней месяца. Энтузиазм, повышенные эмоциональность и внушаемость толкают людей на такие поступки, на какие вряд ли бы они решились пойти в другое время. Все дела кажутся «по плечу», честолюбий закаливает. Стоит слегка сдерживать свои эмоции порывы, в т.ч. и эмоциональные: ненароком вы можете обидеть своих близких или затеять ненужный спор. Возрастает риск травм, особенно у лиц, занятых физической работой. Под угрозой область головы: желательно не проводить нейрохирургических вмешательств, не делать пластических операций, не удалять зубы и т.п. Хороший период для всех быстротекущих дел, для мероприятий, связанных с техникой и индустрией, для общения с начальством.

Плохо для всех затяжных дел, для вступления в брак, финансовых операций и заключения договоров.

21, 22, 23 июля
Луна в Тельце

Дух энтузиазма предыдущих дней сменяется трезвым материалистическим настроением. В эти дни всем людям хочется ощутить «почву под ногами» – уверенность в завтрашнем дне, как в плане материальном, так и в личных делах. В то же время люди очень восприимчивы и маленьким радостям жизни, в т.ч. к еде и сексу. Уязвимы части тела: шея, нижняя челюсть, горло. Не стоит проводить операций в этой области, поберегите горло от простуды. Хорошо для всех дел, требующих длительного времени для любви, дружбы, брака, новых знакомств.

Благоприятно для покупки одежды, украшений, антиквариата, для организации вечеринок.

Плохо для всех рискованных дел.

24, 25, 26 июля
Луна в Близнецах

Люди в это время очень подвижны, легко меняют планы. Повышается легкомыслие, болтливость, склонность к непродуманным решениям и высказываниям. В плане здоровья под угрозой находятся ключично-плечевой пояс (простуда), легкие (простуда) и нервная система (не перегружайтесь). Не рекомендуется хирургическое вмешательство в эти области. Хорошо для всего, что связано с общением, установлением всех видов связи, получением нужной информации, благоприятно для торговли, заключении договоров, для учебы и начала писательской деятельности.

Плохо для затяжных дел, для всех мероприятий, касающихся любви и брака, для купли-продажи недвижимости, нужна осторожность при дальних поездках.

26, 27, 28 июля
Луна в Раке

Люди в эти дни очень эмоциональны и легко ранимы. Всплывают семейные заботы, сильнее проявляется материнский инстинкт, желание покровительствовать и сопереживать. Также в этот период повышена способность к зачатию. Необходимо беречь желудок и грудные железы, противопоказан алкоголь, повышена опасность пищевых отравлений. Желательно воздержаться от операций на желудке, грудной клетке, печени и желчном пузыре. Хорошо для реализации быстротекущих дел. Благоприятно для домашних и семейных отношений, юридических дел, торговли, для морских и речных путешествий. Плохо для затяжных дел, бракосочетания, начала строительства дома, переезда, взятия денег в долг.

29, 30, 31 июля
Луна во Льве

Усиливается тяга к удовольствиям, развлечениям и любовным приключениям. Все люди в той или иной степени ощущают себя «пулом Земли», поэтому очень чувствительны к вниманию, так и невниманию к своей особе. У многих может проснуться азарт, желание рискнуть. В эти дни стоит поберечь сердце и позвоночник. Не рекомендуется операций на этих органах, а также на диафрагме и ребрах. Хорошо для всех официальных, юридических дел, общения с властями, перехода на новую работу, для покупки одежды, украшений, косметики. Удачно для отпуска, развлечений, визитов и приема гостей, посещения культурных мероприятий.

Плохо для финансовых сделок, заключения договоров, переездов, помолвок и бракосочетаний, торговли.

КОНКУРС ДЛЯ ПОДПИСЧИКОВ УСЛОВИЯ

Участвуют читатели газеты, подписавшиеся не менее чем на 6 месяцев.

1. Необходимо собрать отрывные талоны газет с №13 по №18 за 2003 год (итого 6 штук.).

2. Заполнить произвольно клеточки ☒ ☐

3. В №18 будет опубликован особый купон, в который необходимо в произвольном порядке наклеить все отрывные талоны и выслать в редакцию по адресу: 83087, г. Донецк, а/я 2314, (в России - 111141, г. Москва, а/я 473, Краснобельмова Н.Б.) вместе с копией квитанции о подписке.

4. Победители будут награждены призами: «ЛЮСТРАМИ ЧИЖЕВСКОГО».

5. Призовой купон третьего этапа конкурса (участвуют номера с 13-го по 18-й) будет опубликован в №20 за 2003 г.

Для подписчиков, не получивших призы, розыгрыш продолжится, но участвовать уже будут талоны газеты с №19 по №24 за 2003 г. Читатели, имеющие годовую подписку, будут участвовать в розыгрыше до конца года (т.е. 4 раза), полугодовую - в том полугодии, на которое оформлена подписка, т.е. 2 раза. Удачи вам.

Редакция

ОТРЫВНОЙ
ТАЛОН

№13			
-----	--	--	--

Вырежь и отнеси на почту

Приглашаем к сотрудничеству ювелиров,
дизайнеров по драгоценностям.
Мастерам данной категории обращаться по
тел. (0622) 555-611

Подписка:

1 месяц	1,84 грн.
3 месяца	5,52 грн.
6 месяцев	11,04 грн.
12 месяцев	22,08 грн.

Державний комітет зв'язку України

АБОНЕМЕНТ На газету

41332

«Самоисцеление и долголетие»

(найменування видання)	Кількість комплектів
------------------------	-------------------------

на рік по місяцях

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

Куди

(поштовий індекс)

(адреса)

Кому

(прізвище, ініціали)

ДОСТАВОЧНА КАРТКА

На газету

41332

«Самоисцеление и долголетие»

(найменування видання)	Вартість	пере плати	грн.	коп.	Кількість комплектів
	переплатування	грн.	коп.		

на рік по місяцях

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

поштовий
індекс

місто

село

область

район

вулиця

код вулиці

буд.

корп.

кв.

прізвище, ініціали

ТРУБКА АЛАДОВИНА

«Здравствуйте, уважаемая редакция. Два года прошло с тех пор, как наша семья получила первый номер вашего издания, и вот с тех пор ждем с нетерпением выхода каждого номера. В начале августа сын собирается поехать за границу, мой муж очень хочет, чтобы ему в подарок привезли кальян. Поскольку ваша газета уже давно стала для нас советницей, поэтому подскажите правильно выбирать, пользоваться на здоровье, как правильно выбирать, пользоваться трубкой. С уважением, А. Р. Доренко, г. Мариуполь».



Курение кальяна это самый безопасный способ употребления табака из всех известных. В нем используют мокрый и липкий табак, который не сгорает, а усыхает. Чтобы его приготовить листья сушат, режут, добавляют различные ароматизаторы и травы, затем все это вымачивают в фруктовых соках или вине. Поэтому запах кальянного табака не имеет ничего общего с сигаретным. Дым мягкий, не сушит горло, имеет очень приятный аромат и неповторимый вкус. А еще в кальянную колбу добавляют различные ароматизирующие жидкости, соки, масла или вина. Для разжигания табака используют только дубовые угли. В древности, да и в наши дни, кальяны использовались как средство для снятия стресса во время отдыха.

Первые кальяны появились в Индии и были довольно примитивны, так как изготавливались из скорлупы кокосовых орехов. Затем постепенно они распространились по территории Ирана и далее по всем арабским странам. Кальян стал обязательной частью званого обеда или интеллектуальных бесед. Предложение выкурить кальян считалось знаком доверия, и отказ мог восприниматься как серьезное оскорбление.

Кальян - исключительно ручное изделие. Оно состоит из нескольких частей, и каждая выполняется отдельным ремесленником, которого называют по имени производимой части. Кальяны делают в основном из металла и стекла, реже из дерева и еще реже из кам-

ня. Чаша для воды обязательно из стекла. Для нее используется прозрачное, синее или зеленое, иногда других цветов стекло. Оно может быть с ручной росписью. В древности для чаши брали серебро или хрусталь. Верхняя часть кальяна (горло), как правило, металлическая.

Стекло-металлические кальяны считаются лучшими. Существуют приборы, полностью состоящие из металла. Обычно они целиком покрыты чеканкой. Шланги производят из кожи (что предпочтительнее всего), пористой резины или толстой фольги. Мундштуки делают из дерева, металла, оргстекла. Эта часть кальяна настолько изысканна, что порой является произведением искусства.

Если вы решили приобрести кальян, то сначала определитесь, для каких целей он вам нужен - как декоративный предмет или функциональный курительный прибор. Для курения чем крупнее кальян, тем лучше. Маленькие изделия высотой 10-35 см редко используют для курения. Их в основном и производят как сувениры. Самые удобные и распространенные кальяны имеют высоту 45-110 см. Существуют приборы и гораздо больших размеров, до полутора - двух метров, и они, как правило, очень дорогие.

Но мало купить хороший кальян, нужно еще подобрать к нему и табак. Для кальяна подходит только свежий табак. Он должен быть мокрым и липким, часто из него выделяется сок. Черные, неароматизированные сорта

суше, чем ароматизированные, поэтому их не рекомендуется долго хранить. А выбор крепости табака зависит только от вас.

Курить кальян лучше всего после плотного обеда, в спокойной и расслабляющей атмосфере с друзьями или деловыми партнерами. Выберите какое-нибудь уютное, тихое место, где никто не будет мешать расслабиться. Желательно никак не сочетать кальян и спиртное, лучше пить зеленый чай. Если же вы все же решили совместить оба удовольствия, не увлекайтесь - эффект от большого количества горячительного может быть самым неожиданным. Желательно не наливать крепкое спиртное в кальянную чашу, хотя самой лучшей фильтрующей жидкостью считается спирт. Его иногда используют некоторые любители кальянов. В этом случае дым приобретает специфический вкусовой оттенок и достаточно сильно опьяняет. Иногда в кальян наливают вино, но только для того, чтобы добавить аромат табаку. И ни в коем случае, не пейте потом это вино! Вы рискуете сильно отравиться. Любая жидкость в кальяне в первую очередь используется для фильтрации дыма.

Подготовила к печати
Е. Щуцкая, г. Донецк

В Украине: рег. уд. КВ 2847 от 3.10.97
Учредитель и главный редактор С.Я.Костанда

В России: рег. № 018633 от 25.03.99
Учредитель А.Н.Мозжухина
Издатель и редактор: Н.Б.Краснобельмова
111141, г.Москва а/я 473

Издатель: Агентство «ИСКРА», телефон: 55-56-11
Адрес для писем: 83087 г.Донецк, а/я 2314
E-mail: kostanda@mail.ru; iskra_ua@yahoo.com
<http://www.zona.com.ua/www/index.htm>

Главный редактор С.Я.КОСТАНДА
Отпечатано в типографии Михайлова, г. Смоленск
Тираж 12500 экз.

Мнение авторов может не совпадать с мнением редакции. Перепечатка статей — с разрешения редакции.
Рукописи не возвращаются. Просьба: не использовать газету в хозяйственных целях.
Если вы прочли газету, подарите ее друзьям или соседям.

август 2003 г.

Медицина, Альтернативный подход

БАМО ИГЦГЛЕНИЕ ДА олголетие

Основана в 1991 году. Выходит 2 раза в год.

4000
1000
500

Русский Нострадамус

Как думается —
жизни движение —

Вспомнишь —
жизни движение —

Знор между —
экспериментом —
каждый —
при своем —

Личность —
голосом

Многосторонний —
данный в —
ораторе

Лето —
пора глупов

язык

тройнические,

воспитание —
прибитков

Наш друг Дориан Грей

№ 15 (АВГУСТ)
2003 ГОД
В НОМЕРЕ:

Наш друг Дориан Грей	2
Молитва - лучшая защита	3
В лабораториях мира	4
Лекарство на тарелке	6
Не тот червь которого мы едим, а тот который нас	7
Импотенция причины отсутствия эрекции	8
Виноградная азбука	10
Язва трофическая	12
Вопросы психолога	13
Воспаление придатков	14
Прехждевременная эякуляция	15
Беременный вопрос	16
Терминальные состояния и клиническая смерть	18
Гемангиома	21
Тепло ваших рук	22
Откровения монаха Авеля	24
Мутация голоса - индикатор развития мальчика	26
Оставьте след	27
Гороскоп на 2-ю половину августа	28
Лечение звуком	30
Полезная страничка	31
Хотите верьте - хотите нет	32

«Как грустно, что с каждым годом ты становишься мне все нужнее и нужнее», - поболтав о том, о сем говорю я своему другу. Он врач. Время берет свое. Только он может решить проблемы (в том числе и материальные), которые, увы, все чаще возникают передо мной. Медицина у нас не только платная, но и очень дорогая.

Я это к чему? Коллектив нашей редакции надеется что таким другом на протяжении многих лет была наша газета. Многие порой не получалось, мы ошибались, совершенствовались... Но истинна истина - "Не ошибается лишь тот, кто не работает".

Итак, внимание. Я знаю секрет Макрополоса, рецепт вечной молодости, адрес живой воды, ингредиенты волшебного крема, имя продавца Шагреневой кожи и телефон живописца, писавшего портрет Дориана Грея.

Этот секрет вечной молодости газеты - ваши письма. Это без преувеличения «свежая кровь» газеты.

Отделом писем у нас ведаает чудесная, чуткая женщина - Галина Николаевна Максимова. Каждый человек, отправивший письмо в наш адрес, может быть уверен, что письмо будет прочитано, обсуждено, от него не отмахнутся, как в кабинете чиновника.

Неловко, что приходится говорить о таких прозаических вещах, как стоимость бумаги, зарплата сотрудников, доставка газеты и прочее, прочее. Поэтому издание довольно дорогое, чего греха таить.

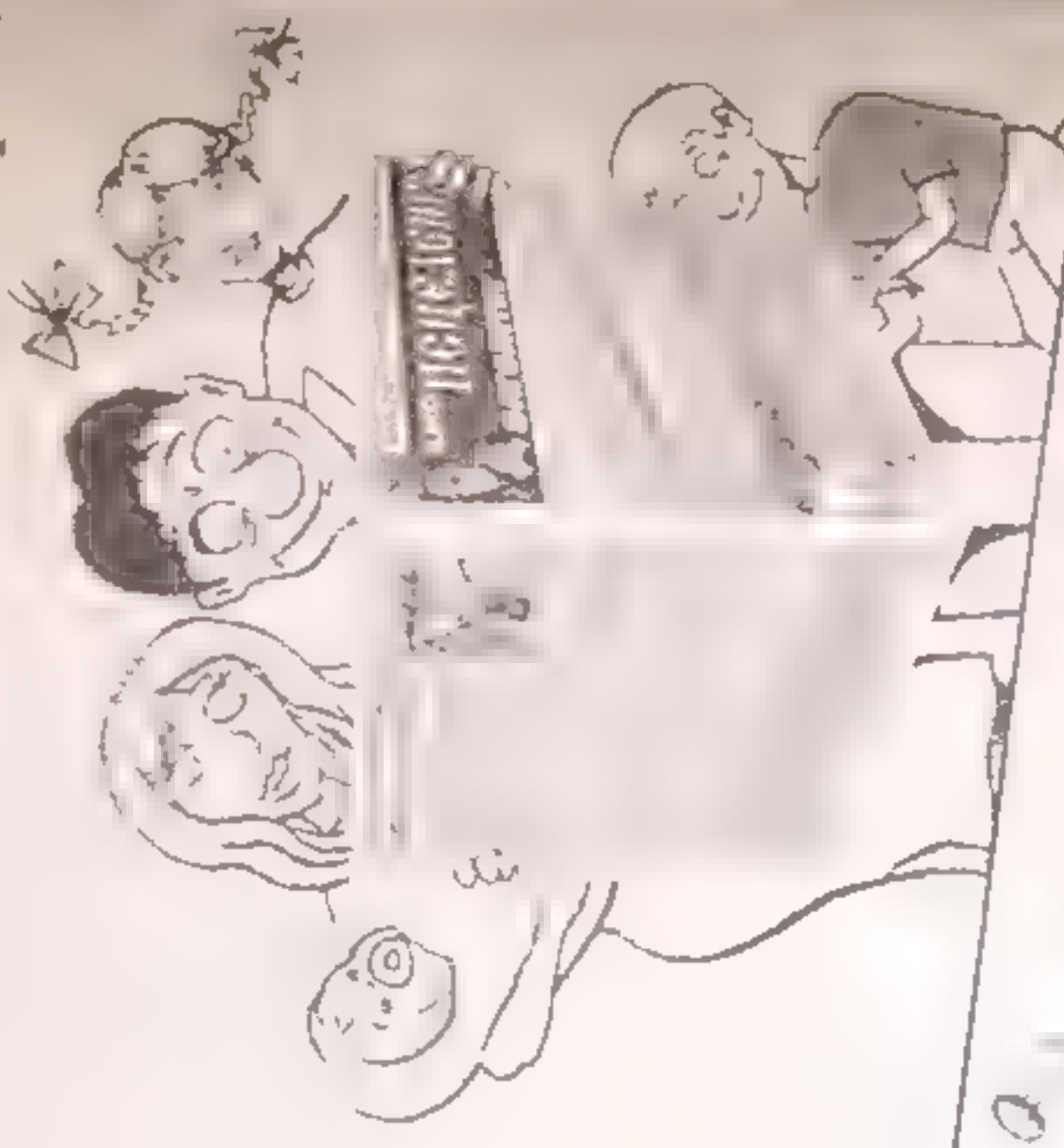
Но хватить о трудностях. Давайте о хорошем. О Вас, преданных наших подписчиках и читателей. О тех, кто идет из глухой, бесперспективной деревеньки за восемь километров на почту, чтобы получить наш номер и выкраивает из мизерной пенсии деньги на подписку. О тех, кто делится своими бедами О тех,

кто совершенно бескорыстно делится рецептами народной медицины, унаследованными от дедов, прадедов, в надежде помочь людям. О врачах - практиках для которых клятва Гиппократ не пустой звук...

Вы всегда для нас желанны, как Дориан Грей светской львице и жителю словно глоток воды, изнемогающему от жажды.

Пишите звоните, приходите к нам.

С уважением А. Варава



До конца

До конца,
До тихого креста,
Пусть душа
Останется чиста!

Перед этим
Желтой, задушной
Стороной березовой мойей,
Перед жнивной,
Пасмурной и грустной,
В дни осенних
Горестных дождей,
Перед этим
Строгим сельсоветом,
Перед этим
Стадом у моста,
Перед всем
Старинным ослеп светом
Я клянусь,
Душа моя чиста.
Пусть она
Останется чиста
До конца,
До смертного креста!

Николай Рубцов

МОЛИТВА — ЛУЧШАЯ ЗАЩИТА

Именно так утверждает православная целительница Катерина. Постоянными читателями Катерина Нико насна уже хорошо знакома. Через ее руки прошло множество людей, чье здоровье было подорвано из-за посторонних вмешательств. И проходило это неслучайно. Сегодня Катерина Николаевна повдает, как с помощью святого слова можно лечить телесные недуги.

Корр.: Катерина Николаевна, я присутствовала на многих целительных сеансах, но такого отношения к пациентам не видела. Хотя многим Вы молитесь в матери, но посетители с Вами общаются, как со старшей сестрой, как это прикажите понимать?

К. Н.: Ой, дочка, больные от недобрых людей (ими, как правило, являются «бабки»), таких бед натерпелось, что у некоторых на пожилых возникает аллергия. Для меня очень важно, чтобы человек выговорился, излил душу, а я эту рану молитвой вылечу. У меня от деда осталось около пятисот молитв, написанных еще на старославянском языке, именно они способны изгонять бесов, отсылать порчи, поднимать больного с кровати.

Корр.: Вы называете себя православной целительницей, как это стыкуется с религией?

К. Н.: Все мои предки приносили помощь людям только благодаря Бо- жьему слову. Я хожу каждый день в храм, там я набираюсь положительной энергии. Смотря на пламя свечи, могу безошибочно рассказать о состоянии организма. Что касается церковнослужителей, то многим я помогла. Мой прапрапрадед Матвей Иванович был батюшкой, занимался лечением людей. Вот, кстати, сейчас я для читателей «Самоисцеления и долголетия» дам несколько исцеляющих текстов. Однако, помните, что искреннее чтение молитв за другого человека имеет особую силу. Ведь Богу угодно, чтобы мы заботились о других, проявляя милосердие.

*** Если у близкого поднялась температура, читайте у кровати, желательно над головой «Владыко, Вседержителю, Свя- тый Царю, нагазуй и не умерщвляй, утверждая низпадающую и возводя низверженную, телесная человека скорби, истравляя молимся Тебе, Боже наш, раба Твоего (имя) немощствующего посети милостию Твоею, прости ему всякое согрешение вольное и невольное. Ей, Господи, врачевную Твою силу с небесе низпосли, прикоснися телеси, угаси огненицу, укроти страсть и всякую немощь, ташуюся, буди враг Твоего**

(имя), воззвигни его от остра болезненного и от ложа озлобления цела и все-совершенна, даруй его Церкви Твоей благоугождающа и творяща волю Твою. Твое бо есть, еже милостиво и спасти ны, Боже наш, и Тебе славу возсылаем, Отцу, и Сыну, и Святому Духу, ныне и присно и во веки веков. Аминь».

*** Если тревожат боли в желудке «Владыко Вседержителю, Владыко душ и телес наших, смиряя и возносяя, нагазуй и паки исцеляя! Раба Твоего (имя) немощствующа посети милостию Твоею, прости немощствующего, ис-полненну исцеления и врачбы, и исцели его, возстави от остра и немощи. Запрети духу немоши, отлучи от него всякую язву, всяку болезнь, всяку огневину и трясавицу, и еже есть в нем согрешение или беззаконие,**



ослаби, остави, прости Твоего раба человеколюбия. Ей, Господи, пошледи сознание Твое во Христе Иисусе, Господе нашем, с Ним же благословен еси, и со Пресвятым, и Благим, и Животворящим Твоим Духом, ныне и присно и во веки веков. Аминь. Прочитав молитву, не отходя столько раз, сколько лет больному, затем пойдите в церковь, поставьте свечи за здравие.

ВНИМАНИЕ: смотрите, как воск стекает. Если увидите слезы, значит вскоре недуг уйдет, нет - манипуляцию придется повторить. Когда свеча догорит до половины, возьмите ее домой и при приступах

зажигайте, читая молитву.

*** Если слег в доме мужчина без видимых причин, напоите его свяченой водой, на которую начитайте: «Господи Боже, Владыко жизни моей, Ты по благодати Своей сказал: «Не хочу смерти грешника, но чтобы он обратился и жил был». Я знаю, что это болезнь, которую я страдаю, есть наказание Твое за мои грехи и беззакония; знаю, что по делам моим я заслужил тяжчайшее наказание, но, Человеколюбче, поступай со мною не по злобе моей, а по безграничному милосердию Твоему. Не пожелай смерти моей, но дай мне сил, чтобы я перенес сносим болезнь, как заслуженное наказание, и по милости Твоей обратился всем сердцем, душой и всеми моими членами к Тебе, Господу Богу, Создателю моему, и жив был для исполнения святых Твоих заповедей, для спокойствия моих родных и для моего благополучия. Аминь». Любимому человеку сразу перече как видите, я стараюсь, он сам способен творить чудеса.**

Корр.: За многолетнюю практику у Вас было немало заподозренных случаев, не могли бы Вы о некоторых рассказать?

К. Н.: Лет пять назад ко мне пришла, на вид лет пятьдесят, твистельница оказалась тридцать два года. Во время чтения молитв он извивался, стонал, плакал. История его такова.

Игорь нашел на стороне девушку, с которой пару раз встретился: ходили в кино, до грехопадения дело не дошло. Но она оказалась настоящей девицей, пошла к «ясновидящей», которая ей предсказала, что этот женатый человек ее судьба. Провела ряд ритуалов. В итоге Игорь ушел из дома, где осталось двое детей. Прожили они год, а потом мужчина стал сильно болеть, не приходил на работу, не занимался делами. Игорь и жена у девушки написались неприятности. Родители, которые подержали Игоря, сильно стали болеть, она, сделав свое «черное дело», пишилась дома. Позотом Игорь за это Вам придется отвечать перед Всевышним».

Корр.: Это было предупреждение, а теперь хотелось бы услышать Ваши пожелания.

К. Н.: Живите в любви и согласии, никогда ближним не делайте больно, потому что придет время, и Вы ответите за причиненное зло.

Е. Щуцкая

«Овес нынче дорог...»

История цен, зарплат и доходов россиян изучена крайне скудно. Профессор Борис Миронов из Санкт-Петербургского института общих индексов цен и зарплат в Петербурге за первые 200 лет его существования.

Но как можно сравнивать цены и зарплату в разные исторические эпохи? Ученому удалось разработать методику, которая позволила произвести сопоставления. Для изучения профессий плотника, поскольку она была массовой в течение всего изучаемого периода; плотники получали зарплату, которая зависела от конъюнктуры на рынке труда и колебаний цен. Сведения же о ценах, ведомостей справочных цен и прейскурантов.

Приведем эти подсчеты надо было учитывать множество деталей.

Например, то, что четверть зерна — основная хлебная мера, стала использоваться в конце XIX века на 10%, больше, чем в середине XVIII века. Или то, что сахар в XVIII веке был роскошью (вместо него трудовой народ ел кашу), а сухие сметки были популярны только при приготовлении супа, а сейчас — то, что реальная цена хлеба достаточно менялась.



Исследование показало, что петербургские, как и общероссийские цены, с 1713 по 1913 г. выросли почти в 5,3 раза и испытывали постоянную революцию (аналогичную той, что была в Европе двумя столетиями раньше — в XVI начале XVII века).

Революция цен свершилась в основном в XVIII веке и была вызвана вступлением России в мировой рынок. Она сказалась и на реальной зарплате трудящихся Петербурга. Всю первую половину XIX века зарплата непрерывно росла и своего максимума достигла в 1850-е — накануне отмены крепостного права. С приходом в страну капитализма реальная зарплата стала уменьшаться и к 1881-1890 гг. упала на треть, но в конце XIX — начале XX века она снова повысилась и к 1913 г. вновь, как в 1850-е гг. достигла своего максимума за весь период империи — 167% от уровня начала XVIII века.

В советское время реальная зарплата рабочих, вероятно, имела тенденцию к росту. По расчетам Бориса Миронова, в 1985 г. покупательная сила средней зарплаты квалифицированного рабочего была в 1,35 раза выше, чем в 1913 г., и в 2,7 раза выше, чем в 1711-1714 гг. Сегодня же реальная зарплата преобладающего числа тружеников меньше, чем 100-150 лет тому назад.

Гены на щеках

БОЛЬШИНСТВО женщин могут сказать, привлечены ли мужчины и способен ли он к размножению, взглянув лишь на фотографию, запечатлевшую кусок щеки потенциального партнера. Такое удивительное открытие сделали специалисты из университета в Ньюкасле. Они опросили 90 женщин, показав каждой фотографию щеки 76 мужчин. Ошибки женщины не сделали: каждая без сомнения определила, симпатичный ли это мужчина и здоров ли он. Это позволило ученым сделать следующий вывод: мужчины носят свои гены на щеках, а макияж, маскирующий и гены, и щеки, по-прежнему, обмануть потенциального партнера.

Магнитный июль

В ИЮЛЕ магнитных бурь будет больше, чем обычно, — таков был прогноз Института земного магнетизма (ИЗМИРАН). Отмечается, что в нынешнем году солнце вообще напомнило о себе необычно высокой геомагнитной активностью: из 30 июньских дней в 19 происходили магнитные бури, чего не случалось с 1994 г., а в июле так много «бурных» дней до сих пор не наблюдалось вообще. К настоящему времени накоплено множество свидетельств отрицательного влияния магнитных бурь. Геомагнитные возмущения

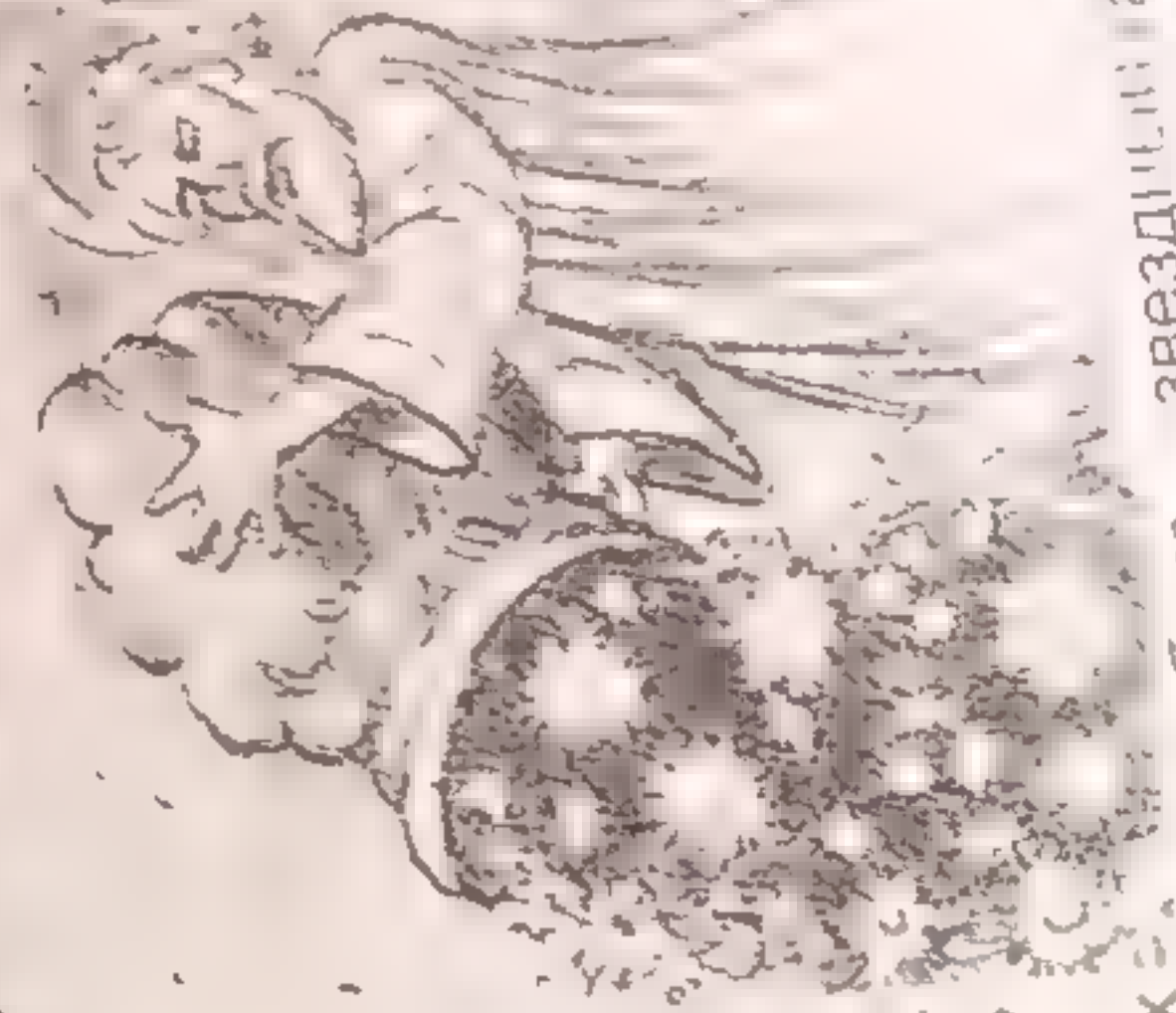
вызывают нарушения в линиях электропередачи; разветвленных электросетях мегаполисов, создают сбои в радиосвязи и железно-дорожной автоматике являются причиной инфарктов и инсультов.

Эксперты ИЗМИРАН считают, что если все другие стихийные бедствия, будь то ураганы или наводнения, могут затронуть город, район, регион, то магнитная буря — явление глобальное. «Мы живем в магнитном поле Земли, и, когда его трясет, это касается всех нас», — сказал один из ученых.

Сюрприз в «Мешке с углем»

В южной части неба астрономы обнаружили удивительную вещь - облако холодного газа, которое видно с Земли невооруженным глазом в виде темного пятна, окружает горячий газ. "Сундук с сокровищами" - так для будущих исследований окрестили ученые это таинственное место, называемое также «мешок с углем» (Coalsack).

В космических масштабах «угольный мешок» от нас достаточно близко - всего 650 световых лет в той же спиральной ветви Млечного Пути, что и наша планета. Холодное облако газа закрывает от нас далекие яркие звезды, поэтому хорошо просматривается с Земли и удобно для изучения его химического состава и других свойств. С начала XIX века знает о нем астрономов, но только сведения, полученные из космических лабораторий



Ультрафиолет
FUSE (Far Explorer) и
Spectroscopic (Roentgen)
ROSAT
Satellite), показали, что хол-
одное облако разрушает
горячий газ, в результате
держится много миллиар-
да, лишенного пыли, ста-
восьми электронов, что
свидетельства массового
образования массивных
звезд и сверхновых, кото-
рые быстро рождаются
умирают, нагретые

«Если наша модель развития цивилизации, основанная на изучении помеховых колебаний, распространяющихся в низме образованиях галактики, раскрывает истинную природу тех частей Галактики, а значит, и Вселенной, из которых исходят энергии атомных и звездных образований, — говорит один из авторов статьи Б. Д. Андерссон из университета штата Калифорния та Джона Хопкинса в США,

Дуние оди раз сед индо анибу

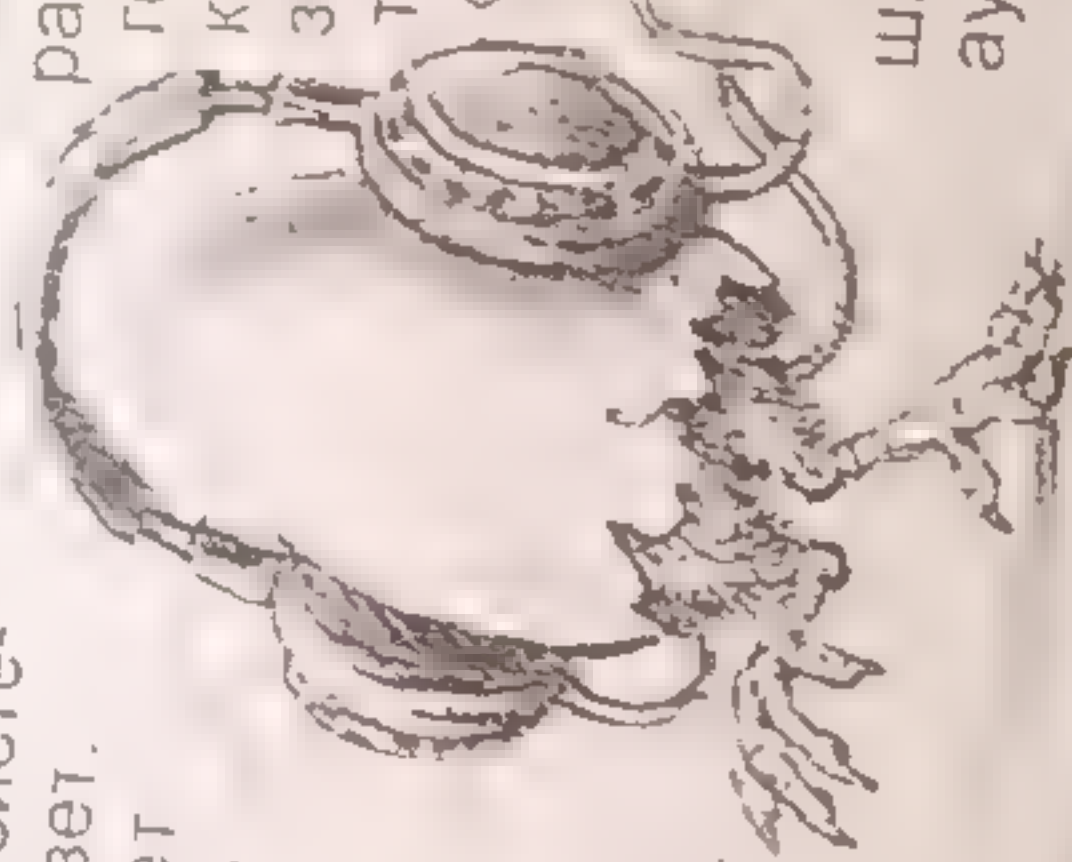
Сотрудник Университета штата Огайо Владимир Слуцкий провел ряд экспериментов, в результате которых установил, что дети до 4-5 лет одоляют предпочтение звуковой информации, если она получена одновременно с визуальной. Ранее было известно, что подобной способностью обладают малыши 6-10 месяцев от роду и связано это с тем, что органы звукового восприятия окружающего мира начинают развиваться еще в утробе матери, а зрительная система после появления на свет.

Оказалось, что приоритет аудиоинформации сохраняется почти до пяти лет. Исследователь связывает это с необходимостью осваивать язык.

Вместе со студенткой этого же университета Аmandой Наполитано они провели серию тестов, участниками которых ста-

ли и дети, и взрослые. В первую очередь опытов на экране компьютера демонстрировали картинку, которая проводилась несколькими картинками звуками. Затем испытуемым предлагалось «верное» изображение было «неверным» аудиосопровождением, наоборот.

Во второй серии опытов участникам снова показали картинку и дали послушать звуковое сопровождение, но затем они должны были выбрать нужное из следующего набора. «Правильная» картинка - «правильный» звук, «неправильная» картинка - «правильный» звук, «неправильный» картинка - «неправильный» звук, «неверное» и то, и другое. Результаты свидетельствовали, что малыши отдадут предпочтение аудиоинформации, а не визуальной.



Лекарство на тарелке

Чудо — травы

У настоящего огородника зелень растет не только в мае. Лакомиться и лечиться ею можно до глубокой осени.

Сельдерей пахучий

Венок, сплетенный из его листьев, в Древней Греции подносили победителям Олимпийских игр. И не зря: эфирные масла сельдерея способны достигнуть наивысших результатов. В сельдерее пахучем содержатся белки, жиры, углеводы, калий, витамин С, рр, рутины В, каротиноиды, эфирное масло, флавоноиды, фенолы, флавоноиды, кумарины, фенолы, боновые кислоты, эфирные масла (в плодах), макро- и микроэлементы: железо, калий, кальций, фосфор.

Признанный лекарь

Настой из корней (2 столовые ложки измельченных корней залить стаканом холодной воды, выдержать 2 часа и процедить) при гипертонии, а также 3 раза в день по 1/3 стакана. Настой из листьев пахучего сельдерея — отличное средство при заболеваниях печени, метеоризме, бронхите, астме, респираторных заболеваниях, воспалительных процессах в суставах, ревматизме, подагре и других нарушениях обмена веществ. Наружный настой рекомендуется для промывания гнойных язв и ран при аллергическом крапивнице и дерматите.

Внимание! Настой противопоказан беременным.

Гнойные раны и язвы

Призовите на помощь сельдерей пахучий. Мелко нарежьте листья и прикладывайте их к ранам, язвам, порезам и нарывам.

Хотите похудеть?

Активно используйте листья сельдерея пахучего в пищу. Этот малокалорийный продукт показан в лечебном питании при ожирении, нарушении функции сердечно-сосудистой системы, а также полным и тучным людям.

Вершки и черешки

Очищенные от кожицы черешки сельдерея пахучего ешьте в свежем виде.

→ Из них можно приготовить сок и пить его, добавив в морковный или любой овощной.



Кроме того, настой из корней любу, а лекарственного (он любим в народной медицине, включен в фармакопейку ряда стран) оказывает тонизирующее действие на желудочно-кишечный тракт, улучшает аппетит, уменьшает метеоризм, снимает жжение в желудке, улучшает отделение желчи, понижает нервную возбудимость. Готовят его традиционным способом из расчета 2 чайные ложки корней на стакан воды, принимают по 1/3 — 1/4 стакана 3-4 раза в день перед едой.

Желтые листья сельдерея кладывают к голубым, чтобы снять боль.

Внимание! Настой противопоказан беременным.

Не хуже заморских

→ В сельдерея любисток имеет по вкусу популярные ныне смеси приправ.

→ Зимой можно использовать высушенную или засоленную (на 100 г листьев 20 г соли) зелень.

Салат. Смешайте взятые в равной пропорции и натертые на терке яблоки, морковь, корень любистка и заправьте все майонезом.

Овсяные колеги. В небольшом количестве вскипятите молоко, замочите на час 50 г овсяных хлопьев. Мелко нашинкуйте 2 корня любистка, средних размеров луковицу, 2 вареных яйца, натрите цедру 1 лимона. Смешайте с заготовленным овсяным хлопьями, добавьте 2 столовые ложки сухарей (лучше пшеничных), посолите и все хорошо перемешайте. Из полученного теста сформируйте котлеты и обжарьте в кипящем растительном масле до золотистого цвета.

А. Петренко

Не мам гэрвв коморого мы едим, а тот который нас



Именно летом, в радостную пору отдыха, насекомые просто ополчаются против детей и взрослых. Снаружи нас кусают комары, мошки и клещи, а изнутри пытаются «позисивиться» глисты. Особенно страдают от внутренних паразитов дети. Но, несмотря на распространение этого явления, родители очень мало об этом знают. А незнание приводит к тому, что правильный диагноз ставится достаточно поздно, и лечение запоздывает.

Чаще всего знакомство с «непрошеными гостями» происходит так. Вдруг ни с того ни с сего веселый и подвижный ребенок становится бледным, вялым и раздражительным. У него пропадает аппетит, нарушается сон, к тому же на теле чаще всего появляется крапивница (зудящие красные волдыри). И тут все соседи и родственники собираются на консультацию и выдвигают самые разные версии и предположения по поводу заболевания любимого чада. Одни предлагают показать ребенка психотерапевту, другие требуют немедленного визита к аллергологу, эндокринологу, инфекционисту и т. д.

При обращении к психоневрологу, так как чаще всего родителей беспокоит раздражительность и плохой сон ребенка, врач находит все эти симптомы и обычно что-то рекомендует. Назначенное доктором лечение нормализует сон, но вялость и апатия обычно остаются и еще более усиливаются. С таким же «успехом» проходит посещение всех других врачей. Каждый из них, прежде чем дать заключение, предлагает пройти ряд обследований.

Но летом какие обследования? И все откладывается до осени.

С началом учебного года рассеянность и апатия ребенка настораживают и учителей. Ухудшается успеваемость, портятся отношения с друзьями... И хорошо, если родители не списывают все на плохой характер ребенка, а продолжают пытаться узнать первопричину всех неприятностей. Обычно истина рано или поздно обнаруживается, но практика показывает, что чаще всего от начала заражения глистами до их выявления проходит довольно много времени.

Но не думайте, что, просто сдав кап на наличие яиц глистов, вы получите стопроцентный ответ. В нескольких случаях, даже при отрицательном ответе из лаборатории, проведенное противоглистное лечение вынудило «постояльцев», сосавших кровь ребенка, покинуть его тело.

Все бабушки и дедушки, мамы и папы должны знать симптомы этого простого заболевания и при первых же подозрениях обращаться к врачу.

Обратите внимание

ОТ ВИДОВ гельминтов, стадий их развития клиническая картина может быть весьма разнообразной: вялость, слабость, потеря массы тела (похудание), особенно у детей (кстати, хронические длительные гельминтозы могут задерживать умственное и физическое развитие ребенка), отсутствие аппетита или, напротив, повышенный аппетит и постоянное чувство голода, тошнота, обильное слюноотечение, скрип зубами по ночам, периодические боли в животе, зуд в заднем проходе в вечернее и ночное время, повышенная температура тела до 37,5°C и многое другое. Точный диагноз может установить только врач (инфекционист-паразитолог), используя широкий спектр лабораторных методов.

Гельминтозы

ИЗВЕСТНО более 150 гельминтов, зарегистрированных у человека, но широко распространены только 30 видов. В зависимости от биологии паразита, места его обитания в личиночной или половозрелой стадиях гельминтов разделяют на простейших (кишечные) и тканевых. Обитание в тканях характерно для личиночных форм паразитов, мигрирующих по кровеносному руслу или лимфатическим сосудам. Для ряда кишечных паразитов тканевая фаза существует только в начальном периоде болезни, при других миграция личинок периодически повторяется, и, наконец, часть кишечных паразитов развивается без кишечной фазы. Например, известные многим глисты - острицы

Как избавиться от «гостей» и не пустить их вновь

НИКАКИЕ Самые дорогостоящие лекарства не избавят больного, а тем более больного ребенка, если не будут соблюдены очень строгие принципы лечения, профилактики санитарно-гигиенического режима.

1. Медикаментозное лечение назначается врачом в каждом отдельном случае индивидуально в зависимости от вида гельминтов и других факторов. Сегодня в аптеках имеется огромное количество универсальных противоглистных препаратов, оказывающих хороший терапевтический эффект.

2. При некоторых видах гельминтов (острицы) применяются лечебные клизмы (50-100 г) с настоем чеснока, приготовленного непосредственно перед введением. 2-3 г (1-3 дольки в зависимости от величины и степени свежести) измельченного чеснока залить 50-100 г горячего молока, настоять 15-20 мин., процедить и в остуженном виде ввести в клизме на ночь.

3. Строгое соблюдение санитарно-гигиенического режима:

- подмывание заднего прохода, промежности и половых органов теплой водой 2 раза в день;
- смена нательного белья (трусов) 2 раза в день после подмывания, постельного белья 1 раз в 7-10 дней;
- спать в плотных, обтягивающих трусах, исключающих возможное касание руками и расчесывание во сне области заднего прохода;
- стирка с кипячением и проглаживание с обеих сторон нательного и постельного белья.

Такие строгие меры необходимо соблюдать до 42 дней, чтобы не открылись сроки развития паразитов.

4. Соблюдение эпидемиологического режима: короткая стрижка и уход за ногтями, мытье рук с мылом перед едой и после туалета. Тщательное мытье овощей и фруктов перед употреблением, борьба с мухами. Влажная уборка помещений. Приведение противоглистного лечения всем имеющимся в семье животным (кошкам, собакам).

5. Пройти обследование.

ИМПОТЕНЦИЯ

ПРИЧИНЫ ОТСУТСТВИЯ ЭРЕКЦИИ



На протяжении почти всего века проводимые среди населения опросы показывали, что список стрессов, связанных с браком, возглавляют деньги. Исследователи общественного мнения просто не спрашивали людей о сексе, а сами респонденты не давали такой информации. Когда же в перечень начали включать сексуальные вопросы, денежные проблемы отошли на задний план. Даже среди счастливых женатых пар примерно 50% мужчин упоминали о каких-нибудь сексуальных затруднениях (среди женщин удовлетворенных оказалось еще меньше - около 25%). Сексуальные расстройства зачастую причиняют людям массу ненужных страданий - ненужных потому, что есть много ненужных способов их коррекции.

ЧТО СЛЕДУЕТ ЗНАТЬ ОБ ИМПОТЕНЦИИ

В начале 60-х годов специалисты пришли к соглашению, что 90% мужчин-милотеров испытывают эмоциональные трудности. Пожилые врачи-практики общего профиля обычно назначали таким пациентам инъекции тестостерона, что, по всей видимости, было бесполезно. Более молодые и хорошо обученные терапевты взирали на эту практику как на сорт колдовства и направляли своих пациентов на физиотерапию, которая тоже не помогала. В середине 70-х годов врачи начали выявлять больше чисто физических причин импотенции, а 10 лет назад с этой бедой начали потихоньку справляться. Сейчас специалисты убеждены, что в большинстве случаев к импотенции ведут чисто органические (т.е. не психологические) причины.

НОРМАЛЬНЫЙ ПОЛОВОЙ АКТ

1. Анатомия. Хотя половой член похож на трубку, на деле он состоит из трех цилиндров с общим мясистым колпачком (головкой) на конце. На большей части своей длины он состоит из двух тесно прилегающих друг к другу трубочатых тел, называемых пещеристыми телами. Под ними проходит третья трубка - губчатое тело, внутри которого находится уретра. Если вы крепко сожмете пенис пальцами, то ощутите все три тела-трубки. Названия «губчатое» и «пещеристые» совершенно точно характеризуют их, поскольку цилиндры пронизаны крупными венами, почти пустыми до момента наступления эрекции. Гонкий цилиндр из бульбокавернозных мышц составляет оболочку всех трех тел. Сокращения этой мускулистой оболочки и позволяют вам избавиться от нескольких последних капель мочи после мочеиспускания, но в механизме эрекции она не играет большой роли. Парные ишиокавернозные мышцы начинаются на лобке и соединены с основанием пениса. Сокращаясь и перекрывая вены, они способствуют эрекции, прекращая отток крови из пениса. Однако сами по себе

эти мышцы не производят эрекцию - она наступает при наполнении пениса кровью. Данное условие требует наличия здоровых кровеносных сосудов и здоровых нервов.

2. Нервы. Нервы, управляющие эрекцией, начинаются в нервных центрах, расположенных в нижней части позвоночного столба. Импульсы из головного мозга (мысли, приятные ощущения) могут проходить вдоль спинного мозга и вызывать эрекцию, но не являются обязательным ее условием. **Специалисты определяют три формы эрекции: рефлекторная, психогенная и психогенная.** Рефлекторная эрекция возникает при стимуляции гениталий. Как и другой рефлекс, например коленный, она возникает при участии спинного мозга. Подходящая форма эрекции может наблюдаться у парализованного (паралич нижних конечностей) с позвоночной травмой; **психогенная - результат мыслительной деятельности** или сенсорной стимуляции любого рода (звуки, зрительные образы). Этот вид эрекции требует здоровой нервной системы, поскольку лишь немногие больные с повреждениями нижних отделов спинного мозга могут ее достигнуть. **Ночная - по неясным причинам возникает во сне** или при пробуждении у всех мужчин, начиная с детского возраста. Свидетельствует о том, что базовый механизм действует нормально.

Импотенты по психологическим причинам или из-за недостатка мужских гормонов производят эрегировать во время сна. Отсутствие ночных эрекций указывает на физические нарушения.

3. Гормоны. Будучи необходимыми для полового созревания, мужские гормоны (тестостерон и дигидротестостерон) усиливают эрекцию, но не являются необходимыми. Мужчины с гормональной недостаточностью теряют интерес к сексу, количество его эякулята несколько уменьшается, но он способен ко всем трем видам эрекции. Введение дополнительных гормонов мужчине с нормальным их уровнем увеличивает сексуальное влечение, но он становится более раздражительным, а уровень холестерина в крови возрастает, не корректируя механизм предотвращения эрекции.

4. Механизм полового акта. Эрекция возникает с увеличением притока

крови в пенис: заполняется сеть пустых вен, пролегающих в пещеристых и губчатом телах, пенис утолщается и удлиняется до тех пор, пока не наполнится кровью до отказа. Одновременно сокращаются ишиокавернозные мышцы, сжимая основание пениса и перекрывая отток из него крови, что обеспечивает жесткость эрекции. В этот период мочеиспускание затруднено, а в пенис почти не поступает кровь. Подобные ситуации чреваты гангреной, но, к счастью, такая фаза длится недолго. Эякуляция наступает при сокращении мышц вдоль придатка яичка, семявыводящего канатика и простаты; при этом семенная жидкость выталкивается в уретру. Шея мочевого пузыря также сжимается, предотвращая обратный ток жидкости, затем резко и ритмично сокращаются мускулы пениса, выбрасывая от 2 до 5 см эякулята. В это время мы и испытываем то изумительное ощущение, которое называется оргазмом. Затем мышцы пениса расслабляются, кровь оттекает и эрекция ослабевает. Мужчина теряет интерес к половому акту, а эрекция и эякуляция на какое-то время становятся невозможны. Рефракторный период обычно длится всего несколько минут, но может широко варьировать в зависимости от состояния здоровья, мотивации и привычек. С возрастом он удлиняется, как и все сексуальные фазы.

Наиболее распространенное мужское сексуальное расстройство - импотенция - представляется настоль-

И ПУТЬ К РАДОВАМ!

ко постыдным, что пациенты стараются не произносить этого слова. Мужчины могут попросить врача назначить им уколы «для повышения энергии» или провести полный осмотр, лицемерно утверждая, что ничего не встретили никогда не происходило. За 20 лет практики я ни разу не встретил мужчину, назвавшего себя импотентом, и подозреваю, что многие из них никогда не обсуждали этот вопрос. Таким людям следует знать, что медицина в данной области не настолько бессильна, как им кажется.

Причины отсутствия эрекции

Самая элементарная причина состоит в том, что у каждого мужчины время от времени бывают осечки. Беспорядок, обшая усталость, про- студа, скандал с партнершей и дру- гие стрессы могут свести на нет са- мые titанические усилия вызвать эрекцию. Врачи не считают такие не- удачи импотенцией, если они не- регулярны.

Гормональные нарушения

При этих словах мужчины сразу думают о тестостероне, но примерно 90% случаев гормональной импотенции вызваны диабетом. Согласно одной из теорий, поддержание нормального уровня сахара в крови предотвращает и импотенцию, и другие осложнения диабета (повреждения глаз и почек). Строгий контроль сахара требует жесткого соблюдения диеты, поддержания нормального веса и, при необходимости, нескольких инъекций инсулина в день. Осложнения диабета необратимы, поэтому каждый, узнав свой диагноз, должен сразу же предпринять описанные меры. Иные гормональные нарушения (недостаточность тестостерона и других гормонов в результате заболевания щитовидной железы и гипопифиза) не только воздействуют на эрекцию, но и снижают половое влечение.

Нервные расстройства

Любое нарушение работы центральной нервной системы - от опухоли мозга до смещения позвоночного диска - может расстроить половую функцию, хотя способность к эрекции сохраняется у многих людей с достаточно серьезными повреждениями. Заболевания, при которых поражаются периферические нервы, часто вызывают импотенцию. Диабетики обычно обвиняют во всем повышенный сахар крови, но на самом деле причина в повреждении периферических нервов - это плохо изученное последствие длительного диабета, встречающееся в 50% случаев. Выявленный гиповитаминоз тоже приводит к импотенции. Хирурги в основном научились избегать повреждений нервов пениса при операциях на мочевом пузыре, простате и прямой кишке, но некоторый риск сохраняется.

**циркуляторная
недостаточность**

недостатки

При недостаточном притоке крови penis увеличивается медленно или не увеличивается вообще. Отложения на стенках кровеносных сосудов крови к самым нижним протекать то же самое, что и при недостаточности притока крови к penisу, проявляясь в виде эректильной дисфункции. В результате эректильной дисфункции происходит нарушение кровоснабжения тканей penisа, что приводит к его атрофии.

**Другие
физиологические
причины
импотенции**

Таких причин множество, но они редки. Так, импотенцией страдают 50% больных, нуждающихся в гемодиализе, но у большинства из них функция восстанавливается после успешной пересадки почек. Полноценная эрекция требует от носителя нормального функционирования определенных органов, поэтому жертвы серьезных хронических заболеваний вроде цирроза печени или рака испытывают заметные трудности. Нарушения бывают и после инфаркта, но это происходит скорее в результате действия лекарств и стресса. Мужчины с повышенным кровяным давлением часто тревожатся по этому поводу, но гипертензия сама по себе к импотенции не приводит.

Психогенные причины

Сильная депрессия или стресс - главные причины психогенной импотенции. Больные, страдающие депрессией, утрачивают способность наслаждаться, а это - мощный барьер для эректильных функций. Такие люди теряют самоуважение и надежды на будущее, убеждены в том, что они, дескать, заслужили свое унижение и в любом случае не могут изменить отношение к жизни. Страдающие другими серьезными психическими заболеваниями (шизофреники и маньяки) приводят в недоумение окружающих и привлекают внимание врачей, но подавленным их поведение не назовешь. Депрессия же является удручающим болезненным состоянием, подчас даже опаснее для жизни, поскольку может привести к самоубийству. Многие считают депрессию преходящим примером чисто эмоционального расстройства и полагают, что лечить ее надо добротой и психотерапией, а не лекарствами. Это мнение ошибочно. Серьезные психические нарушения на самом деле являются заболеваниями мозга. Традиционная психотерапия в подобных ситуациях действует плохо. Каждый мужчина под воздействием стресса может временно стать импотентом, но чтобы это состояние проявилось регулярно или стало постоянным, нужны серьезные беды - потеря работы, крупный семейный конфликт и т.п. Люди, считающие секс повседневной обязанностью, а не радостью жизни, тоже рискуют попасть в беду. Импотенцией часто страдают очень религиозные люди, а также подвергшиеся насилию и мужчины с искаженными представлениями о своих половых возможностях. Некоторые мужчины изначально не проявляли большого интереса к сексу, но воздержание от сношений - не болезнь, если только человек сам душевно от этого не страдает. И наконец, есть мужчины, нуждающиеся в нетрадиционных половых отношениях: некоторые гомосексуалисты (активные), вступающие в контакт с женщиной, оказываются импотентами.



С. Войнов

И ПУТИ ИХ РЕШЕНИЯ

ко постыдным, что пациенты стараются не произносить этого слова. Мужчины могут попросить врача назначить им уколы «для повышения энергии» или провести полный осмотр, лицемерно утверждая, что ничего подобного с ними никогда не происходило. За 20 лет практики я ни разу не встретил мужчину, назвавшего себя импотентом, и подозреваю, что многие из них никогда не обсуждали этот вопрос. Таким людям следует знать, что медицина в данной области не настолько бессильна, как им кажется.

Причины отсутствия эрекции

Самая элементарная причина состоит в том, что у каждого мужчины время от времени бывают осечки. Беспокойство, общая усталость, простуда, скандал с партнершей и другие стрессы могут свести на нет самые титанические усилия вызвать эрекцию. Врачи не считают такие неудачи импотенцией, если они нерегулярны.

Циркуляторная недостаточность

При недостаточном притоке крови пенис увеличивается медленно или не увеличивается вообще. Отложения на стенках кровеносных сосудов холестерина, снижающие приток крови к сердцу, могут протекать то же самое и с пенисом, проявления импотенции наряду с заболеваниями коронарных артерий усиливаются с возрастом. Атеросклероз, являясь ведущим заболеванием, в большинстве случаев становится и причиной импотенции.

Гормональные нарушения

При этих словах мужчины сразу думают о тестостероне, но примерно 90% случаев гормональной импотенции вызваны диабетом. Согласно одной из теорий, поддержание нормального уровня сахара крови предотвращает и импотенцию, и другие осложнения диабета (повреждения глаз и почек). Строгий контроль сахара требует жесткого соблюдения диеты, поддержания нормального веса и, при необходимости, нескольких инъекций инсулина в день. Осложнения диабета необратимы, поэтому каждый, узнав свой диагноз, должен сразу же предпринять описанные меры. Иные гормональные нарушения (недостаточность тестостерона и других гормонов в результате заболеваний щитовидной железы и гипофиза) не только воздействуют на эрекцию, но и снижают половое влечение.

Другие физиологические причины импотенции

Таких причин множество, но они редки. Так импотенцией страдают 50% больных, нуждающихся в гемодиализе, но у большинства из них функция восстанавливается после успешной пересадки почки. Полноценная эрекция требует относительно нормального функционирования определенных органов, поэтому жертвы серьезных хронических заболеваний вроде цирроза печени или рака легких имеют заметные трудности. Нанесения бываю и после инфаркта. Это происходит скорее в результате действия лекарств и стресса. Мужчины с повышенным кровяным давлением часто тревожатся по этому поводу, но гипертония сама по себе к импотенции не приводит.

Психогенные причины

Сильная депрессия или стресс — главные причины психогенной импотенции. Больные, страдающие депрессией, утрачивают способность наслаждаться, а это — мощный барьер для эректильных функций. Такие люди теряют самоуважение и надежды на будущее, убеждены в том, что они, дескать, заслужили свое унижение и в любом случае не могут изменить отношение к жизни. Страдающие другими серьезными психическими заболеваниями (шизофреники и маньяки) приводят в недоумение окружающих и привлекают внимание врачей, но подавленным их поведение не назовешь. Депрессия же является удручающим болезненным состоянием, подчас даже опаснее для жизни, поскольку может привести к самоубийству. Многие считают депрессию превосходным примером чисто эмоционального расстройства и полагают, что лечить ее надо добротой и психотерапией, а не лекарствами. Это мнение ошибочно. Серьезные психические нарушения на самом деле являются заболеваниями мозга. Традиционная психотерапия в подобных ситуациях действует плохо. Каждый мужчина под воздействием стресса может временно стать импотентом, но чтобы это состояние проявлялось регулярно или стало постоянным, нужны серьезные беды: потеря работы, крупный семейный конфликт и т.п. Люди, считающие секс повседневной обязанностью, а не радостью жизни, тоже рискуют попасть в беду. Импотенцией часто страдают очень религиозные люди, а также подвергшиеся насилию и мужчины с искаженными представлениями о своих половых возможностях. Некоторые мужчины изначально не проявляли большого интереса к сексу, но воздержание от сношений — не болезнь, если только человек сам душевно от этого не страдает. И наконец, есть мужчины, нуждающиеся в нетрадиционных половых отношениях: некоторые гомосексуалисты (активные), вступая в контакт с женщиной, оказываются импотентами.

Нервные расстройства

Любое нарушение работы центральной нервной системы — от опухоли мозга до смещения позвоночного диска — может расстроить половую функцию, хотя способность к эрекции сохраняется у многих людей с достаточно серьезными повреждениями. Заболевания, при которых поражаются периферические нервы, часто вызывают импотенцию. Диабетики обычно обвиняют во всем повышенный сахар крови, но на самом деле причина в повреждении периферических нервов — это плохо изученное последствие длительного диабета, встречающееся в 50% случаев. Выраженный гиповитаминоз тоже приводит к импотенции. Хирурги в основном научились избегать повреждения нервов пениса при операциях на мочевом пузыре, простате и прямой кишке, но некоторый риск сохраняется.



С. Войнов

Виноградная азбука



Некоторые врачи сравнивают домашнее лечение виноградом с поездкой на курорт минеральных вод. Вы еще не были на таком курорте? Скорее устройте его себе! Постигнуть эту науку несложно - на первых порах можно ограничиться виноградной азбукой.

Ампелотерапия - лечение виноградом. О целебных свойствах этой ягоды известно давно. Но лишь в середине XIX века, когда ученые хорошо изучили ее химический состав, врачи признали за виноградом силу лекарства. Особенно популярна ампелотерапия во Франции, Германии, Австралии, Венгрии, Италии, Швеции.

Библия утверждает, что первым растением, высаженным на склонах горы Арабат после потопа, был виноград. В христианстве виноградная лоза - это евангельский образ Иисуса, единого источника жизни для человека, которую подает Христос через причастие. Последнее немыслимо без кагора - самого невинного и, как считается, наиболее полезного для здоровья вина.



Виноград - согласно древне европейскому календарю куст-покровитель тех, кто родился в период со 2 по 29 сентября. Язычники - кельты считали, что люди, родившиеся под покровительством Винограда, обладают чувственной натурой и повышенной эмоциональностью, но в трудные минуты могут проявить замечательное хладнокровие.

Греки и римляне, жившие до нашей эры, применяли лечение виноградом для восстановления сил и улучшение обмена веществ. Такой рецепт упоминает Плиний Старший. Древние эскулапы назначали виноград против ангины, язв во рту и кровохарканья. Виноград и его сок уже в те времена были известны как мочегонное, слабительное и общеукрепляющее средство. А сушеный виноград, то есть изюм, служил вкусной таблеткой при заболеваниях легких, печени и почек.

Доза для первого приема должна быть небольшой - 400 г ягод в день. Постепенно увеличивайте количество винограда так, чтобы к концу четвертой недели вы смогли осилить 3 кг винограда за сутки. Распределите прием винограда на 3 раза в день: один - утром натощак, второй - за 2 часа перед обедом. Третий - через 3 часа после обеда. Некоторые диетологи советуют: прекращая лечение виноградом, количество его на один прием также постепенно уменьшайте.

Еда в дни, когда вы придерживаетесь виноградолечения, должна быть особой. Помните, что в дни лечения ни в коем случае нельзя переедать, ведь виноград очень калориен. Лучше не пить квас, сладкие газированные напитки, не есть копчености, маринады, соленья, жирные

блюда, грубые овощи - сырую капусту, свеклу, редьку. Придется отказаться от других ягод, фруктов и зелени. Плохой компаньон винограду - молочные продукты: виноград сквашивает их и в животе зреет «революция». Если все-таки возникло легкое расстройство желудка, сделайте перерыв на 2-3 дня.

Жаропонижающие из сока винограда (незрелого) готовили древние медики и давали его больному, лежащему в горячке.

Зубы придется подлечить у стоматолога, прежде чем приступать к виноградолечению. Ведь кислота и сахар винограда, попадая на зубы, пораженные кариесом, вызывают боль и ускоряют их разрушение. Некоторые дантисты советуют после приема винограда обязательно полоскать рот.

Изюм и лепешка - такой паек получал древний воин в долгом походе. И был доволен: ноги не протянешь. Из белых сортов, содержащих косточки, получают изюм, из бессемянных - кишмиш, из синих бессемянных сортов - синюю коринку.

Кожура винограда считается весьма полезной, но не всякий желудок с ней справится. Во время курса ампелотерапии врачи советуют неженкам и тем, кто страдает язвенной болезнью и гастритом, выплевывать плотную кожуру вместе с семенами или не есть ягоды, а пить свежееотжатый сок.

Листья винограда, богатые аскорбиновой кислотой, - ценная добавка в любых салатах. В кавказской кухне молодые листья винограда идут на приготовление особых голубцов - дол-

НАРОДНАЯ МУДРОСТЬ

мы. Листья можно консервировать впрок и употреблять всю зиму.

Мочегонный эффект винограда не удивителен - ведь в нем до 70-80% воды, содержащей растворенные сахара, кислоты, витамины и соли.

Начинают сбор винограда в Европе в августе - сентябре, в Южной Африке - с января по июль; европейский тепличный весенний и летний виноград созревает с апреля по август.

Отхаркивающие действие винограда объясняется кислотами, содержащимися в ягодах. Они слегка раздражают дыхательные пути из-за чего облегчается отделение мокроты, смягчается кашель. Так, сорт «Изабелла» рекомендуют для лечения катаров дыхательных путей, а мускат александрийский - при воспалениях горла.

Поэзия. Кажется, нет ни одного великого поэта, который не воспел бы виноград. Гомер, Гораций, Омар Хайям, Петрарка, Гете, Байрон, Пушкин - у каждого можно найти строфы, посвященные этой ягоде и ее чудесному соку.

Русскому царю Алексею Михайловичу удалось вырастить виноград без теплицы прямо под Москвой, в селе Измайлово. Это новело его сына Петра I на мысль разводить виноград в Астраханской губернии и на Дону. А вблизи Москвы и Петербурга началось строительство гигантских теплиц. Особенно славились виноградные оранжереи русского миллионера Демидова, сооруженные в 1756 году на берегу Москвы - реки.

Сок винограда полезен и питателен. 1 литр его по калорийности не уступает 1,5 кг яблок либо персиков, или 650 г говядины, или 1 кг рыбы.

Трудиться ленивый кишечник заставляет виноград, вернее, содержащаяся в нем глюкоза, которая оказывает послабляющее действие. Осторожно: виноградная диета не подойдет людям со склонностью к поносам.

Увариумы - так назывались павильоны, где в начале прошлого века дамы и господа дегустировали виноград. К началу 20-х годов новую методику ампелотерапии испробовали 200 тысяч человек. Во Франции до начала Второй мировой войны даже действовала Федерация виноградного лечения.

Фруктоза и глюкоза - именно в них кроется главный секрет исключительной пользы винограда. Сахара виноградной ягоды, в отличие от привыч-



ного нам свекловичного сахара (сахарозы), не претерпевают в процессе пищеварения значительных превращений и сразу поступают в кровь, благоприятно действуя на мышечный тонус, усиливая сокращение сердечной мышцы, повышая обмен веществ, расширяя кровеносные сосуды.

Химикаты могут остаться на винограде послеопрыскивания от вредителей. Поэтому перед тем, как выложить гроздь винограда на тарелку, следует тщательно промыть их водой из-под крана, а затем ополоснуть кипяченой.

Цинк, калий, кальций, железо, медь марганец, магний - эти микроэлементы и легкоусвояемые минералы соли обнаружены в ягодах винограда в большом количестве. Особенно

много в них калия, поэтому пройти курс виноградо-лечения стоит сердечникам. Виноград рекомендуется есть при малокровии, поскольку он увеличивает количество эритроцитов и повышает уровень гемоглобина, нормализует соотношение между клетками крови, стимулирует кроветворную функцию костного мозга.

Чудесная традиция существует в Испании. В новогоднюю ночь сидящие за праздничным столом должны съесть по 12 «волшебных» виноградин, лежащих на тарелке. Каждая виноградина символизирует один из грядущих месяцев. Успеешь съесть все 12 - твое заветное желание обязательно исполнится.

Шасла, рислинг и семиллон считаются самыми целебными сортами. Хотя настоящим лекарством способен стать любой виноград. Столовые едят на десерт, а из винных готовят напитки. Самыми известными из благородных сортов винограда (белого) является шардоне, совиньон блан, шенен блан, мускат. Знаменитые сорта красного винограда - каберне совиньон, мерло, пино нуар, каберне фран, гана, гренаги.

Энергия, которую получает человек из 1 кг винограда, поистине удивительна - 700-850 ккал. Получается, что 4 кг свежего винограда или 1 кг изюма могут обеспечить взрослого мужчину запасом сил на весь день.

Ю - так, согласно древнему преданию, звали некоего китайца, который за 2000 лет до нашей эры был первым, приготовившим из винограда вино. Попробовав новый напиток, император запретил его употребление, изгнал Ю из Китая и предсказал гибель всем народам, которые это самое вино станут пить. С тех пор виноград не раз подвергался запрещению у разных народов.

Ягоды винограда представляют собой столь сложную химическую композицию, что некоторые врачи сравнивают домашнее лечение винограда с поездкой на курорт минеральных вод.

Азбуку составил А.Петренко

ЯЗВА трофическая

Язва трофическая образуется вследствие нарушения питания тканей, приводящего к возникновению очага омертвения ткани. Наблюдается при заболеваниях и повреждениях спинного мозга и периферических нервов (например, на стопе при поражении седалищного нерва), при атеросклерозе, сахарном диабете, эндартериите, варикозной болезни и некоторых других заболеваниях.

Лечение трофической язвы в первую очередь направлено на лечение основного заболевания, приведшего к возникновению язвы (варикозной болезни, сахарного диабета и др.).

Народная медицина предлагает свои методы лечения этого серьезного недуга:

→ 1 ст. л. сухой травы сушеницы болотной залить 1 стаканом кипящей воды, настаивать под крышкой в течение 30 минут. Процедить. Добавить 1 ст. л. меда, размешать. Этот раствор можно использовать наружно для промывания ран и язв.

→ 50 г листьев эвкалипта залить 0,5 л кипящей воды, кипятить 3-4 минуты, процедить, добавить 2 ст. л. меда, перемешать. Применять в виде примочек и ванночек для лечения язв и ран.

→ 1 ст. л. высушенных цветов ромашки аптечной заварить в 1 стакане кипящей воды. Накрывать крышкой. После охлаждения процедить. Добавить 1 ч. л. меда, размешать. Применять в виде примочек и ванночек для лечения язв.

→ Пчелиный мед – 80 г; рыбий жир – 20 г; ксероформ – 3 г. Все тщательно перемешать. Мазь накладывать на очищенную рану в виде повязки.

→ 100 г меда; 100 г сливочного масла; 100 г смальца или гусяного жира; 15 г Сока алоэ (столетника); 100 г какао. Все тщательно размешать на горячей водяной бане. Не кипятить! Принимать по 1 ст. л. растворенной в 1 стакане горячего молока, 2 раза в день.

→ Листья алоэ промыть, измельчить, отжав сок. Сока алоэ – 150 г; меда – 250 г; кагора – 350 г. Все перемешать. Наставить в темном месте при температуре 4-8 °С в течение 4-5 дней. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за полчаса до приема пищи.

→ Листья алоэ в возрасте 3-5 лет выдержать в темноте при температуре +4 °С (лучше в холодильнике) в течение 12-14 дней. Затем листья промыть, измель-

чить, залить кипяченой водой в соотношении 1:3. Оставить на 1,5-2 часа. Полученный сок отжать. 100 г сока смешать с 500 г измельченных грецких орехов и 300 г меда. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день.

→ Цветки ромашки аптечной – 2 части; трава фиалки трехцветной – 1 часть; трава хвоща полевого – 1 часть; трава зверобоя продырявленного – 2 части; трава тысячелистника обыкновенного – 1 часть; цветки календулы лекарственной – 2 части; кора дуба обыкновенного – 1 часть. 1 ст. л. сбора залить 1 стаканом кипятка, настаивать в течение получаса. Применять в виде компресса и (или) для промывания трофических язв несколько дней подряд.

Каждые 4-5 дней настоем сбора трав чередуют с отварами листьев подорожника.

→ 1 ст. л. мелко нарезанного подорожника на 1 стакан воды. Кипятят 5-10 минут, настаивают в течение 1 часа, процеживают. Теплым отваром обильно орошают поверхность язв несколько раз в течение дня. Кашицу отвара прикладывают на язву вечером под компресс. Отвар следует готовить ежедневно свежий.

→ Цветки ромашки аптечной – 1 часть; плоды кориандра посевного – 1 часть; трава зверобоя продырявленного – 2 части; трава череды трехраздельной – 2 части; трава сушеницы топяной – 1 часть; трава льнянки – 1 часть; трава донника лекарственного – 1 часть; корень солодки голой – 1 часть. Все компоненты смешивают. 1 ст. л. смеси трав заливают 1 стаканом кипятка, нагревают на кипящей водяной бане в течение 5-10 минут. Настаивают 45 минут, процеживают. Принимать по 1/2 стакана

2 раза в день после еды в течение не менее 1-2 месяцев.

→ Подорожник большой (лист) – 3 части; кориандр посевной (плоды) – 3 части; зверобой продырявленный (трава) – 4 части; череда трехраздельная (трава) – 4 части; сушеница болотная (трава) – 2 части; солодка голая (корень) – 4 части. 1 ст. л. смеси трав залить 1 стаканом кипятка, нагревать на кипящей водяной бане в течение 15 минут. Наставить при комнатной температуре 45 минут. Процедить. Отжать. Долить кипяченой воды до объема 250 мл. Принимать по 1/3 стакана настоя 3 раза в день после еды при трофических язвах на почве тромбозов.

→ Ромашка аптечная (цветки); донник лекарственный (трава); алтей лекарственный (листья). Все травы взять в равных долях, смешать. Залить небольшим количеством кипятка, нагреть на кипящей водяной бане 5-7 минут. Прикладывать в виде кашицеобразной теплой массы, завернутой в ткань, к больному месту в качестве смягчающего средства.

→ Хвощ полевой (трава) – 3 части; ромашка аптечная (цветки) – 3 части; зверобой продырявленный (трава) – 4 части. Из полученной смеси трав приготовить отвар из расчета 1 ст. л. сырья на 1 стакан воды. Принимать внутрь по 1/3 – 1/4 стакана 3 раза в день или использовать для приготовления компрессов при лечении труднозаживающих ран и язв.

→ Спиртовую настойку аира болотного, разбавленную водой (1 часть настойки на 3 части воды), используют для промывания гнойных ран. 2 ст. л. корней, цветков или листьев алтея лекарственного залить 2,5 стакана кипятка в термосе на 2 часа. Процедить. Сырье отжать. Использовать для промывания ран.

КОНСУЛЬТАЦИЯ ПСИХОЛОГА

ОТВЕТ:

ВОПРОС:

Хочу поделиться с вами тем, в чем не могу и не хочу признаться мужу. Дело в том, что с ним мы видимся только после 7 часов вечера: и он на работе (фермер), и я (работаю в университете). Каждый раз, когда он после ужина выходит куда-то из дому - по делам, в гости к друзьям (холостым, женатым), я начинаю нервничать. Нет, это не ревность, я ему на все сто доверяю. Просто я хочу, чтобы хоть в эти 3-4 часа мы были дома вместе, тем более что живем вместе с его родителями. И мне кажется, что он этого не хочет. Когда его дома нет, мне неохота там быть. Он спокойный, добрый, хороший, во многом мне уступает. Иногда просыпается во мне благородство - я думаю, я знаю, что неправильно поступаю. Я часто порчу ему настроение перед его

уходом. Ну не могу я себя победить. Нет бы пожелать хорошо провести время, попросить передать поздравления от меня, если он идет поздравить друга с рождением сына (никто из друзей в такие мероприятия жен не приводит с собой). Меня так и подмывает сказать ему: «А он же не поздравил вас, когда вы стали отцом?» или: «Что, дома не сидится?» Хотя и знаю, что у него дела такой важности, что нельзя откладывать на завтра. Меня он никуда не отпускает. Хотя мои подруги уже по два ребенка имеют, ни к одной из них я не ходила. И что интересно: я без него не хочу идти. Не знаю, что делать.

Вам нужно рассказать о том, что Вас беспокоит, мужу. Муж может просто не понимать, что Вам хочется побыть вместе с ним. Женская и мужская картины мира настолько различны, что мужчины не знают, чего хочет женщина. Это, возможно, Вам будет сделать тяжело, но это необходимо. Выберите момент и скажите все мужу. Если не можете сказать на словах - напишите письмо. Объясните ему, что Вы скучаете, что Вам хотелось бы проводить с ним больше времени. Сходите вместе к Вашим общим друзьям или пригласите их к себе. Постарайтесь не ругаться и не расстраиваться во время этого разговора. Возможно, муж сразу Вас не поймет. В таком случае, должно пройти некоторое время, и Вы либо повторите свой разговор, либо он сам все поймет.

ВОПРОСЫ ПСИХОЛОГУ

ОТВЕТ:

ВОПРОС:

Мне 27, и у меня проблемы в общении с противоположным полом. Я ни с кем не могу встречаться больше двух раз, просто не могу допустить душевной близости с кем-то. Меня с юности сексуально не привлекают молодые мужчины, а только в возрасте 45 - 55. Кстати, у меня очень хороший отец и я не ищу себе второго. Может ли быть причиной всему этому эпизод с педофилом (мне было 6 лет)? Он не изнасиловал меня, а только совершил развратные действия (облизал)? Или мне только кажется, что мои проблемы связаны с ним?

ВОПРОС:

Мой ребенок любое мое замечание или просьбу встречает в штыки. Совершенно не воспринимает какие-либо мои воспитательные меры. Как найти подход к нему и научиться разговаривать с ним не повышая голоса?

ОТВЕТ:

Эпизод с педофилом оказал некоторое влияние на Вашу психику. Поэтому Вы боитесь душевной близости с мужчиной. Этот блок нужно снять. Нужно сознательно пойти на душевную близость. Это будет очень тяжело вначале, но потом блок будет снят, и Вы почувствуете значительное облегчение. К сожалению, ни гипноз, ни психотерапевт не решат за Вас эту проблему. Они помогут Вам стать на путь решения этой пробле-

мы, но убрать блок вы должны будете самостоятельно. То, что вам нравятся мужчины старшего возраста - это не страшно. Многие молодые девушки предпочитают мужчин намного старше себя. Это связано с тем, что с мужчиной 45-55 лет легче пойти на душевную близость. Они, как правило, очень хорошо чувствуют женщин, могут им посоветовать, помочь в плане психологических проблем.

Вам нужно научиться спокойно разговаривать с Вашим ребенком. Если чувствуете, что можете сорваться и накричать - лучше промолчите и уйдите в другую комнату. Когда успокоитесь - подойдите к ребенку и объясните, почему это нужно делать или не нужно. Ребенку необходимо все объяснять, он не понимает, почему того или иного делать нельзя; и когда Вы на него кричите, он не понимает, почему, и обижается. Ребенок должен знать, что родители всегда придут к нему на помощь, всегда объяснят ему то, что он не понимает. Многие родители пытаются силой, криками заставить детей что-то делать. Процесс объяснения можно превратить в игру, в таком случае ребенок будет с удовольствием слушать все, что вы ему говорите.

С. Антонов

ПРОЧИТАЙТЕ ВДУМАЙТЕСЬ

ВОСПАЛЕНИЕ ПРИДАТКОВ

Воспаление придатков - это воспаление яичников и маточных труб.

Лечение воспаления придатков

Воспаление придатков довольно успешно лечится препаратами календулы, бессмертника, тысячелистника, эвкалипта, ромашки.

Чаще используются сборы трав в виде чаев для приема внутрь, растворов для ванночек и спринцеваний.

Бессмертник, дубовая кора, зверобой, календула, ромашка, тысячелистник. В литре кипятка заварить 4 ст. ложки сбора этих растений, взятых в равной весовой пропорции. Кипятить 3-5 мин, процедить через полчаса. Использовать для спринцевания в теплом виде ежедневно на ночь. Курс - 12-15 процедур. Этот же настой применяется для микроклизм 2 раза в день в течение всего курса лечения.

Лист крапивы - 1 ч. ложка
травя пастушьей сумки - 1 ч. ложка, цветки календулы - 1 ст. ложка, цветки ромашки - 1 ст. ложка, трава тысячелистника - 1 ч. ложка, корень горца змеиного - 1 ст. ложка. Травы смешать, - 2 ст. ложки сбора залить 0,5 л кипятка, настоять 1 час в закрытой посуде, процедить, принимать по 1/2 стакана 3 раза в день до еды 3-5 недель и использовать местно для спринцеваний 2 раза в день - утром и вечером цветки календулы.

1 ст. ложка, почки березы 1 ст. ложка, лист эвкалипта 1 ст. ложка, корневище лапчатки 1 ст. ложка, корневище горца змеиного 1 ст. ложка. Травы смешать, 2 ст. ложки смеси залить 0,5 л кипятка, настоять в закрытой посуде 1 час, процедить, принимать внутрь по 1/2 стакана 4 раза в день за 30 мин до еды на протяжении 4 недель и использовать местно для спринцеваний 2 раза в день - утром и вечером

Лист березы, дубовая кора, календула, ромашка, шалфей, сушеница болотная, полынь. Смешать травы в равных весовых пропорциях, заварить 2-3 ст. ложки сбора в литре кипятка, варить 3-5 мин, процедить через полчаса. Применять для спринцевания влагалища через день. Курс 15-20 процедур.

Ромашка, подорожник, тысячелистник, аир (корень). Смешать травы в равных весовых пропорциях. Заварить 3 ст. ложки сбора в 600-700 мл кипятка, варить 3-5 мин, процедить через полчаса. Использовать для ванночек и спринцеваний 2 раза в день.

Корень аира водяной перец, кора дуба, кора ивы, корень окопника, бессмертник, календула, семена льна, зверобой, омела, пастушья сумка, тысячелистник. Растения смешать в равных пропорциях 2 ст. ложки сбора залить литром кипятка и варить 10 мин, процедить через 20 минут (Применяется при белях.)

Травник Юрий Лоза

Помимо травяных сборов для лечения воспалительного процесса можно применять тампоны с сангвиритрином, маслом чайного дерева. Тампон изготавливается из стерильной марли и небольшого кусочка стерильной ваты, обмакивается в раствор сангвиритрина или в масло чайного дерева и вводится во влагалище 1 раз утром и 1 раз вечером на 40-60 мин.

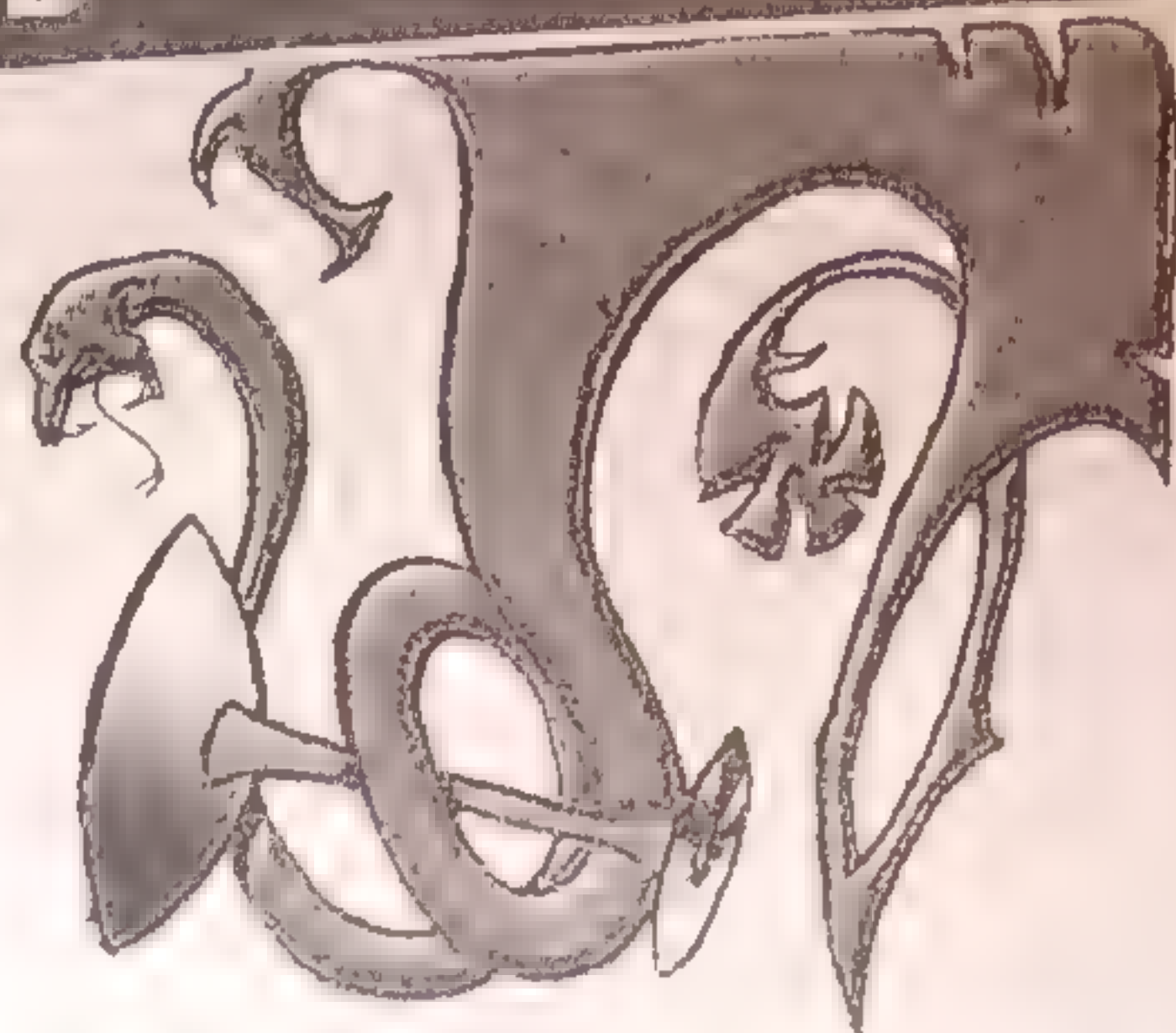
Одновременно с применением травяных сборов необходимо принимать препараты, повышающие иммунитет. Например, настойку эхинацеи или иммунал - по 25 капель 3 раза в день, дрожжи пивные - по 10-15 таблеток ежедневно.

Приготовление сборов: прочитайте о том, как правильно нужно готовить настои и отвары из лекарственных растений, чтобы они сохранили все свои целебные свойства.

Применение сборов: сборы принимать по 1/3-1/2 стакана за 30-40 минут до еды.

Одновременный прием лекарств и травяных сборов не рекомендуется - между двумя этими лекарственными формами должен быть перерыв не менее 1 часа. Дозировки для детей доступны по этой ссылке. Сборов рекомендуется принимать по следующей схеме: 2 недели принимать - 2 недели перерыв - 2 недели принимать - 2 недели перерыв - сменить сбор и принимать его по схеме. Перед тем как принимать тот или иной сбор, изучите противопоказания ко всем травам, входящим в состав этого сбора, в травнике.

ПРЕЖДЕВРЕМЕННАЯ ЭЯКУЛЯЦИЯ



Преждевременную эякуляцию можно попробовать определить как эякуляцию, возникающую в результате минимальной сексуальной стимуляции до того, как мужчина этого пожелает, и причиняющую проблемы в сексуальной жизни. Причин преждевременной эякуляции существует достаточно много. Условно их можно разделить на 2 группы: проблемы, связанные с различными заболеваниями тела; проблемы на психологическом уровне.

Подход к излечению каждой причины преждевременной эякуляции должен быть индивидуальным.

Если вас беспокоит эта проблема - сначала нужно выяснить причину этого состояния. Пройдите обследование. Убедитесь, что у вас нет венерических заболеваний, сахарного диабета, простатита, аденомы предстательной железы (другое название: гиперплазия предстательной железы), системного атеросклероза, заболевания щитовидной железы, гормонального дисбаланса. Вспомните, были ли у вас когда-нибудь травмы головного или спинного мозга. Консультация психолога или психотерапевта желательна будет в любом случае.



Лечение преждевременной эякуляции.

Далее мы приводим средства народной и нетрадиционной медицины.

Способствующие продлению полового акта:

Тысячелистник обыкновенный (трава)

Приготовление: 1 ст ложку травы заливают 1 стаканом воды, кипятят 10 мин, настаивают 40 мин, процеживают. Пьют по 1/2 стакана настоя 3 раза в день перед едой.

Ятрышник пятнистый, шлемоносный, мужской, дремлик, широколистный

Слизь корнеклубней считается эффективным общеукрепляющим, тонизирующим средством при нервном истощении, половой слабости. Приготовление: 1 ст ложку растертых в порошок сухих корней взбалтывают в стакане горячей воды, кипящего бульона или молока, добавляют в полученную слизистую массу 3-4 столовые ложки хорошего виноградного вина. Принимают по 1/2 стакана 2 раза в день перед едой. Пантокрин (из пантов). Используется в виде спиртовой настойки. Принимают по 30 капель 3 раза в день за 30 мин до еды.

Пустырник пятилопастный (трава)

Приготовление: 2 ст ложки травы настаивают 2 ч в 1 стакане кипятка в закрытой посуде, процеживают. Пьют по 2 столовых ложки настоя 3 раза в день перед едой.

Сборы:

→ Шиповник коричный (плоды) 3 части. Дягиль лекарственный (корень) - 2 части. Сурепка обыкновенная (трава) - 1 часть. Любка двулистная (корнеклубни) - 2 части. Принимают в виде настоя по 1/2 стакана 3 раза в день перед едой.

→ Пустырник пятилопастный (трава) - 2 части. Тысячелистник обыкновенный (трава) - 2 части. Мята перечная (листья) - 1 часть. Душица обыкновенная (трава) - 1 часть. Принимают в виде настоя по 1/2 стакана утром и вечером перед едой.

→ Шиповник коричный (плоды) - 2 части. Вахта трехлистная (листья) - 1 часть. Календула лекарственная (цветки) - 1 часть. Пустырник пятилопастный (трава) - 2 части. Принимают в виде настоя по 1/2 стакана 3 раза в день перед едой. Показан при общей слабости, раздражительности, стойком фиксировании на «синдроме ожидания неудачи».

→ Ятрышник (порошок из корнеклубней) - 1 столовая ложка. Мумие - 0,2 г. Мед пчелиный - 1 ложка. Гранат (сок) - 1 ложка. Слива (сок) - 1 ложка. Виноградное вино сухое - 100 мл. Вода (кипяток) - 1 стакан. Приготовление: в стакан кипятка высыпают 1 ложку порошка ятрышника и долго взбалтывают до получения густой слизи. В горячее виноградное вино добавляют мумие, мед, сок граната и сок сливы. Полученный состав соединяют со слизью ятрышника и размешивают до однородной массы. Принимают по 1/2 стакана 2 раза в день при общей слабости организма.

БЕРЕМЕННЫЙ ВОПРОС



Давным-давно юмористы подметили весьма интересную деталь — американские женщины во время секса мечтают забеременеть, а русские мечтают «незатететь». Может, это когда-то было и смешно, но только не сейчас. Нынче население Восточной Европы что-то совсем не увеличивается. Стирается, похоже, грань между Востоком и Западом, и наши соотечественницы «затетают» все реже. Беременная женщина на улицах Москвы или Киева стала такой же редкостью, как и портрет члена Политбюро ЦК КПСС. Дженгльменам в транспорте приходится уступать место не будущим мамашам, а исключительно бойким старушкам с мобильными телефонами и удостоверениями ветерана Бородинской битвы.

Честь и хвала женщинам-ветеранам, милым бабушкам-старушкам! Дай бог им здоровья! Это они входили в горящие избы, коней оставляли и детей рожать умели. И еще как умели! Здоровые, орущие карапузы появлялись на свет безо всяких там суперклиник и очкастых академиков. И в поле женщины рожали, и в лесу. Хорошо, когда поблизости оказывалась повивальная бабка — народный академик. Но ведь и без нее тоже справлялись.

**Известно -
не забеременеешь,
не родишь**

Редко какая баба не «несла» после первой брачной ночи. Про таких истории страшные слагали, вроде «Снегурочки». «Жили-были старик со старухой, да деток им Бог не дал...» А что же современные девицы в миниюбках и миникофточках, забеременеть не умеют? Камасутрят-то они классно, это проверено. Что же до беременности, то большинство современных мужчин понятия не имеют о той дрожи в мужском организме, когда подруга вдруг заявляет: «Дорогой! Я беременна!»

Вопрос о беременности, конечно, интересный

Рожать многие из милых дам точно не умеют, потому что в наше время любые роды уже событие. В родах, количество которых, кстати, стремительно сокращается, на каждую роженицу приходится с десяток медработников разного калибра. Они люди бывалые и опытные. Хотя им, порою, проще самим родить, чем заставить это сделать беременную женщину. Нормальные физиологические роды становятся чудом из чудес, редкостью. В ход сегодня идет все — старые секретные методы повивальных бабок, современные медицинские препараты для стимуляции родов и куча инструментов, придуманных умными головами на протяжении веков. А также всегда наготове операционная, чтобы отчаявшийся акушер смог помочь женщине родить, сделав ей кесарево сечение.

**Вот вам и вопрос.
Если так рожают, то
как же тогда
беременеют!**

Говорят, будто нынче забеременеть вообще не модно. Экономически, дескать, невыгодно. Может это и так. Но что же это, граждане, получается? Беременеют и хотят забеременеть только те, кто не в состоянии родить? То есть, самые немодные и материально независимые женщины? Или как? Или действительно переехали на Руси обыкновенные нормальные женщины? Не хотелось бы!

**Да, что-то тут явно
неладно**

Очень похоже, что современный образ жизни, мягко говоря, слегка противен человеческой природе. С одной стороны — нынешние женщины и умны, и красивы, и одеты хорошо. Но, с другой стороны, их ум работает исключительно удачно лишь по вопросам выбивания финансов из окружающих, красота сплошь силиконово-косметическая, да и раздеты они больше, чем одеты.

Кстати, уважаемые дженгльмены! Не уступайте места в общественном транспорте девушкам в миниюбках! Этим вы их ставите в неловкое положение!

Что бы там не говорили про моду, политику, экономику, но забеременеть и рожать женщинам предписано природой. И сколько бы ни старались феминистки доказывать обратное, другого естественного способа продолжения рода людского не существует. Клонирование однозначно приведет в тупик — для понимания этого не нужно быть ни Эйнштейном, ни Ньютоном.

**Если строго следовать законам логики,
то женщина, отрицающая
свою природу
— уже не человек.
Кто же она тогда?
Монстр?**

Погодите возмущаться! Те, кто не хочет забеременеть ни под каким видом, имеет на это полное право. Вам, как говорится, и презерватив в руки. До недавнего времени вас и так было немного, а скоро станет еще меньше. Все дело в том, что очень и очень часто не могут забеременеть как раз те, кто очень этого хочет. Они не отрицают свою природу, они обыкновенные женщины, живут — как все, не корчат из себя сказочных принцесс, они хотят иметь детей и... не могут.

**И таких женщин, которые
действительно не
могут забеременеть,
все больше!**

Особенно в так называемых «цивилизованных странах». Возник некий парадокс. Чем развитее страна, тем хуже в ней обстоит дело с беременностью. Раньше такие страны боролись с абортами. Сегодня с ними бороться становится почти бессмысленно.

**Ведь делать аборт
очень скоро станет
вообще некому!**

Если женщина идет делать аборт не по медицинским, а по социальным показаниям, то это почти всегда плохо. Объяснить можно все — и другим,

ЖЕНСКОЕ ЗДОРОВЬЕ

и себе самой. Медицинских показаний к абортам не так уж и много. Все они связаны с тем, что по разным причинам сохранить беременность никак невозможно. Вопрос жизни или смерти. Социальные причины сплошь надуманы, хотя их всегда аргументируют такие. «Ах, если я рожу, мать меня убьет!» Да что она, дура, мать-то? Ну как ей тебя убить, если самой тогда придется твоего ребенка кормить, поить, пеленки ему стирать? Конфликт однозначно будет, но до смертоубийства доходят исключительно люди с «тараканом» в голове.

Мы привыкли депить беременность на «желательную» и «нежелательную»

Черт с ней, с нежелательной. Оставим ее в покое. Занесем в «Красную Книгу», как вымирающее животное. Притворимся страусами, засунем голову в песок, и будем считать, что данная проблема вообще не существует.

А как быть с желательной, которая никак не получается? Что ж. Попытаемся разобраться в первопричинах ее невозникновения. Их очень много, и все, естественно, указать не удастся. В глубокие медицинские дебри тоже постараемся не залезать.

Прежде всего, обязательно следует сказать, что не всегда в отсутствии беременности «повинны» женщины.

Очень часто здесь следует искать вину мужчин, которые могут быть просто стерильными. По оценкам ВОЗ, около 15% супружеских пар (60-80 миллионов пар!) в мире являются бесплодными. Кроме того, до 10% пар способны к обычному зачатию, но у них рождаются мертвые дети, а 10-25% супружеских пар не могут зачать второго ребенка или нескольких детей. При чем основных причин женско-

го бесплодия более 20, а мужского - около 30.

Однако, мы о женщинах...

Причины женского бесплодия (а именно так называется ситуация, когда женщина не может забеременеть) условно подразделяются на гормональные и воспалительные, генетические и иммунные, психологические и физические. Почему такое деление названо «условным»? Да потому, что никогда ни одно из них не бывает единственным. Причин всегда несколько. Другое дело, что одна из них является ведущей, тогда как другие хорошо замаскированы, на первый план не высвываются, и, вдобавок, все тесно взаимосвязано.

Нового в перечисленных причинах, конечно, мало

Большинство из них очень хорошо известно, однако, как мы уже говорили, дело в следующем. Практически каждая женщина в наше время обязательно сталкивается с одной или с несколькими этими проблемами. Вот ведь в чем соль! Здоровые женщины вроде тех, которые «останавливали» и «входили», уже не правило, а исключение. У нас всегда так - за деревьями не видим леса. Каждая из проблем бесплодия - дерево, все вместе они - лес. Но почему он вырос? Не каждое дерево в отдельности, а весь дремучий лес?!

Ну, определили мы причины

Ну, знаем, отчего они возникли. А дальше то что? Как и у любой проблемы, у этой тоже имеется несколько путей к решению. Гормональные сдвиги можно корректировать, воспаления - лечить, генетические дефекты устранять, иммунную систе-

му стимулировать, психологические проблемы давить, на физические не обращать внимания. Знаете, на что это похоже? Это похоже на битву за урожай любой ценой, только не в масштабах СССР, а в мировых. «В едином трудовом порыве все прогрессивное человечество поднялось на...» коррекцию и устранение.

Жаль, но исход этой битвы предreshен заранее

Существует и другой подход. Тоже, кстати, далеко не новый. Нынче весьма широко рекламируется так называемый «здоровый образ жизни». Хорошая штука, однако малодейственная. Здоровый образ жизни в широком понимании может позволить себе далеко не каждый, а нужно, чтобы все. И тут уже медицина совсем ни при чем. Тут на первое место выступает политика, социальное устройство общества и т.д. и т.п. Вот давайте посчитаем. На роль современного эталона по всем проблемам, раздвинув всех локтями, сегодня себя выпятила Америка. Как у нее обстоит дело с «беременным вопросом» хорошо известно. А Китай в мировые эталоны здорового образа жизни вроде и не лезет, зато его население очень быстро растет. Китайские врачи мало интересуются женским и мужским бесплодием (в нашем понимании). Куда больше их интересуют вопросы стерилизации. Рекомендации китайцам проверены, легки и просты - вводить во влагалище американского пупка. Будет вам уменьшение народонаселения.

Что же в итоге у нас получилось? А получилось у нас следующее. Сегодня в мире четко определились тенденции к дегенерации. Будем и дальше продолжать так жить, вымерем. Как динозавры. Ведь устраняя причины женского бесплодия, на самом деле мы ничего не устраняем. Потому, как это не только медицинская проблема.

Каким образом можно убедить молодую девушку не курить, когда это вокруг делают все? Каким образом помешать ей заниматься беспорядочным сексом, когда в классе все такие? Как заставить носить зимой теплые трусы вместо прокладки с крылышками? У вас есть ответы на эти мелкие вопросы? Очень хорошо! Тогда, может, вы посоветуете, как уменьшить фон Чернобыля и заделать озонную дыру? Как удалить из пищи химикаты? Как победить СПИД? Тоже знаете?! Прекрасно! Остается совсем немного главных проблем. Тысячи две-три.

Профессор Алек Митчелл



Терминальные состояния

Тема рассматривается в свете постоянных псевдонаучных изысканий на тему «Жизнь после смерти»

Реаниматология - наука об оживлении организма. А так как я - реаниматолог, то говорить буду о жизни и смерти с точки зрения врача-реаниматолога, имеющего достаточно большой опыт наблюдения, ведения и предотвращения процесса умирания - смерти.

Вся информация о различных ощущениях, испытанных больными, пережившими клиническую смерть, чаще всего основана на субъективных данных (опрос этих больных зачастую направляется опрашиваемым в нужное ему русло). В этой статье я последовательно пройду по стадиям умирания, опишу объективные процессы, происходящие с организмом и сознанием умирающего, и коснусь возможности и условий полного социального восстановления перенесших клиническую смерть.

ТЕРМИНАЛЬНЫЕ СОСТОЯНИЯ

По определению В.А.Неговского, к терминальным состояниям относятся **преагония, агония и клиническая смерть**. Качественный переход от жизни к смерти представляется последовательным закономерным нарушением функций и систем организма, заканчивающихся их исключением. Именно это обстоятельство - последовательность и постепенность исключения функций дает время и возможность для вмешательства с целью восстановления жизни.

Преагональное состояние. Характеристики: нарушение деятельности центральной нервной системы (сопор или кома), гипотензия, централизация кровообращения, расстройство дыхания. Все это способствует развитию гипоксии и тканевого ацидоза. Тем не менее в преагональном состоянии основным видом обмена веществ является окислительный. Этот период не имеет определенной продолжительности. Он может даже отсутствовать, например при внезапном развитии фибрилляции желудочков сердца при поражении электрическим током. В случаях, когда организм имеет возможность включить различные компенсаторные механизмы (например, кровопотеря), преагональное состояние может продолжаться несколько часов, даже если лечебная помощь не проводилась.

Агония

Начало агонии часто весьма четко характеризуется клинически и в 100% случаев - на ЭКГ и энцефалографически (А.Э.Уолкер), т.к. переходом между преагонией и агонией является так называемая терминальная пауза. Клинически она характеризуется тем, что после резкого учащения дыхания внезапно наступает апноэ, исчезают роговичные рефлексы, на ЭКГ монотонный ритм меняется на идиовентрикулярный или на редкие эктопические импульсы. Терминальная пауза длится от нескольких секунд до 2-4 минут.

Динамика агонии дается по В.А.Неговскому: агония начинается короткой серией вдохов или единственным вдохом. Амплитуда дыхания нарастает, его структура нарушена - одновременно возбуждаются мышцы, осуществляющие и вдох, и выдох, что приводит к почти полному прекращению вентиляции легких. Достигнув определенного максимума, дыхательные движения уменьшаются и быстро прекращаются. Это объясняется тем, что высшие

отделы центральной нервной системы на этом этапе выключаются (что экспериментально подтверждено В.А.Неговским с соавторами), и роль регуляторов жизненных функций переходит к бульбарным и некоторым спинальным центрам. Их деятельность направлена на мобилизацию всех последних возможностей организма сохранить жизнь. При этом не только восстанавливаются описанные выше дыхательные движения, но и появляется пульсация крупных артерий, синусовый ритм и кровоток, что может привести к восстановлению зрачкового рефлекса и даже сознания. Однако эта борьба со смертью неэффективна, т.к. энергетика организма в этой стадии пополняется уже за счет анаэробного гликолиза и не только становится недостаточной в количественном отношении, но и приводит к качественным изменениям - быстрому накоплению недоокисленных продуктов обмена. Именно во время агонии организм теряет те пресловутые 60-80 граммов веса (за счет полного сжигания АТФ и истощения митохондрий клеток), которые в некоторых наукообразных статьях называют весом души, покинувшей после агонии тело. Продолжительность агонии невелика, ее выраженность зависит от характера пато-



и клиническая СМЕРТЬ

логических изменений в организме, на фоне которых она возникла. После этого дыхание и сердечные сокращения прекращаются, и наступает клиническая смерть. Клиническая смерть - своеобразное переходное состояние между жизнью и смертью, начинается с момента прекращения деятельности центральной нервной системы, кровообращения и дыхания и продолжается в течение короткого промежутка времени, пока не разовьются необратимые изменения в головном мозге. С момента их наступления смерть расценивается как биологическая (в контексте этой статьи мы уравниваем понятия социальной и биологической смерти ввиду необратимости процессов, происшедших в организме). Таким образом, главной динамической характеристикой клинической смерти является возможная обратимость этого состояния.

Во время клинической смерти дыхание и кровообращение отсутствуют, наблюдается полная арефлексия, однако клеточный обмен веществ продолжается путем анаэробного гликолиза. Постепенно запасы гликогена в мозге истощаются, и нервная ткань умирает.

Принято считать (Г.А.Рябов), что в обычных условиях срок клинической смерти у человека составляет 3-6 минут. Необходимо учитывать, что необратимые изменения в филогенетически молодых образованиях головного мозга (кора) наступают гораздо быстрее, чем в более древних (ствол, продолговатый мозг). При полной гипоксии в коре и мозжечке за 2 - 2,5 мин возникают фокусы некроза, а в продолговатом мозге даже через 10-15 мин погибают лишь единичные клетки.

СМЕРТЬ МОЗГА

Смерть мозга представляет собой необратимое прекращение всех его функций. Ее главные диагностические признаки: отсутствие активности полушарий (отсутствие реакций на раздражения или ареактивность), отсутствие цефалических рефлексов, ЭЭГ-молчание (даже при проведении стимуляции). Достаточным признаком смерти мозга является отсутствие признаков внутричерепного кровообращения.

ЖИЗНЬ ПОСЛЕ СМЕРТИ

После рассмотрения динамики умирания перейдем к анализу доводов и положений, которыми оперируют практически все адепты

«жизни после смерти» и «нематериальной души».

Ссылки:

- д-р Элизабет Кюблер-Росс. «О смерти и умирании», 1969.
Дж. Мейерс. «Голоса на краю вечности», 1973.
Р. Моуди. «Жизнь после жизни» (1976).
д-р Элизабет Кюблер-Росс. «Смерть не существует», 1977.
Д. Р. Уиклер. «Путешествие по ту сторону», 1977.
С. Роуз. «Душа после смерти», 1982.
Р. Моуди. «Размышления о смерти после смерти», 1983.
П. Калиновский. «Переход», 1991.

1. Контингент

Подавляющее большинство таких книг строится на опросе людей, «перенесших клиническую смерть». Причем полностью отсутствуют данные, когда, кем и каким образом фиксировался факт наступления клинической смерти у этих людей. Как говорилось выше, для констатации наступления клинической смерти необходима обязательная фиксация трех составляющих

- отсутствие дыхания
- отсутствие кровообращения
- полная арефлексия.

Таким образом, данные, полученные при работе с такими группами больных, просто некорректно связывать с понятием собственно клинической смерти - в поле исследования могли попасть больные, перенесшие отравления, глубокую кому, эпилептический припадок, психотический криз, геморрагический шок и т.д. Да и сами исследователи иногда не скрывают, что те или иные странные симптомы не связаны с клинической смертью, но почему-то не оценивают этого объективно.

Так, один из главных адептов «жизни после смерти» - Р.Моуди, критикуя физиологическое объяснение приводимых им симптомов (тоннель, отделение от тела и пр.), пишет:

«Основная ошибка этого представления заключается в следующем: как можно легко увидеть из обзора предсмертного опыта, приведенного выше, в большом числе случаев переживание предсмертного опыта имело место еще до (!!!) каких-либо физиологических повреждений, предполагаемых упомянутой гипотезой». **О каком предсмертном опыте можно говорить при отсут-**

ствии каких-либо физиологических повреждений? Отсутствие физиологических повреждений изучает нормальная физиология - физиология здорового организма. И далее Моуди пишет:

«В самом деле, в нескольких случаях в течение всего переживания предсмертного опыта не было никаких телесных повреждений, в то же время каждый отдельный элемент, который появлялся в случае жестоких травм, наблюдался также и в других примерах, в которых какие-либо травмы полностью отсутствовали».

А где же элементарные выводы - в одном случае «не было телесных повреждений», в другом - человек умирал от «жестоких травм», а в большинстве случаев (не описанных автором) вообще никаких симптомов не было - **так, может быть, описанное автором укладывается в какой-нибудь другой ряд, а не является предсмертным опытом?**

Вывод: если у опрашиваемого не было в анамнезе четкой клинической фиксации клинической смерти, он не может быть включен в общую выборку больных, демонстрирующих «жизнь после смерти». Ни в одном обозримом источнике, доказывающем наличие «жизни после смерти», такие данные не приводятся. Это значит, что материал изначально строится на нерепрезентативных выборках и не может оцениваться как научные данные.

2. Субъективность

Предположим пока, что большинство опрашиваемых добросовестно и полностью вспомнили то, что перенесли во время «умирания». Возникает вопрос: а сколько людей, перенесших клиническую смерть, может потом более или менее подробно рассказать об этом?

Вот что говорят сторонники «жизни после смерти»: «Только 10 процентов людей, находившихся на грани смерти или переживших клиническую смерть, могли ясно припомнить, что они переживали при этом» (Э.Кюблер-Росс). Другие исследователи называют более высокие цифры - от 15 до 35 процентов.

Теперь я приведу статистику программы Collaborative Study (Совместное исследование) - совместной программы, организованной National Institute of Neurological and Communicative Disorders and Stroke, в которой принимали участие 9 крупных клиник.

Окончательный исход клинической смерти (всего 503 больных)

Исход, число случаев, процент

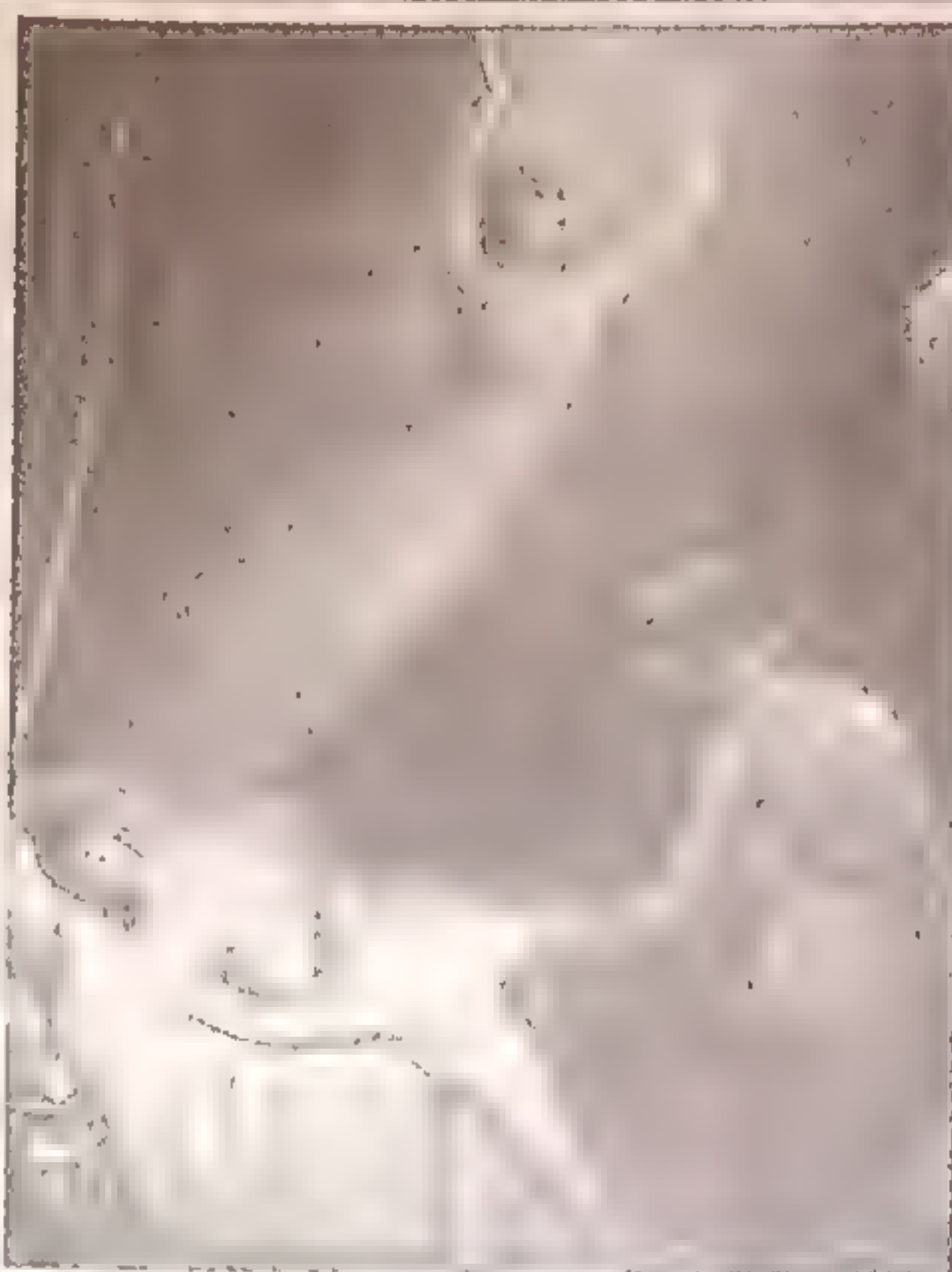
Смерть вследствие остановки сердца 34568, 59%
Смерть мозга 11422, 66%
Неполное восстановление 183, 58%
Полное восстановление 265, 17%
Итого 503, 100%

По истечении трех месяцев после включения в программу данного исследования 41 больной был жив (8,15%). Из них 18 (3,58%) имели те или иные нарушения высшей нервной деятельности и требовали постороннего ухода, причем один из них умер через четыре месяца после первой клинической смерти. Таким образом только у 5,17% больных, перенесших клиническую смерть, впоследствии наступило полное восстановление нарушенных функций. Из этого числа больных в 14 случаях первоначально были диагностированы лекарственные отравления, и они находились в коме более 30 минут до поступления.

Попробуем сделать выводы из вышесказанного: т.к. приверженцы «жизни после смерти» приводят гораздо более высокие (от 10 до 30%) цифры людей, которые «могли ясно припомнить, что они переживали», вероятно, **значительная часть этих воспоминаний просто не связана с клинической смертью или воспоминания «искусственные», навязаны опрашиваемым.** У психиатров есть понятие «патологической внушаемости», когда больной с неустойчивой психикой послушно «видит» и «слышит» то, о чем ему говорит врач. Это полностью относится к группе больных, перенесших клиническую смерть и постреанимационную болезнь. Таким образом, если в какой-либо статье приводятся данные, что более 4,4 - 6,0% больных, перенесших клиническую смерть, имеют какие-то подробные посмертные воспоминания, эти данные просто необъективны (группа нерепрезентативна, неверны методики опроса и т.д.).

Симптомы

Прежде чем перейти к обсуждению симптомов, приводимых в доказательство «жизни после смерти», хочу обратить внимание, что при обсуждении этого вопроса уравниваются воспоминания двух совершенно различных групп людей (Р. Моуди). Опыт людей, которых врачи считали или объявили клинически мертвыми и которые были реанимированы. Опыт людей, которые в результате аварии, либо опасного ранения, или болез-



ни были очень близки к состоянию физической смерти. Одно это уже должно бы заставить исследователя исключить смерть из логической цепочки всех дальнейших рассуждений (по правилу пересекающихся множеств)

Итак, симптомы...

- * «Неспособность выразить словами».
- * Способность слышать.
- * «Ощущение покоя» или «страха» (при суициде).
- * Шум, звон различной интенсивности.
- * Темный тоннель, темная пустота.
- * «Выход из тела», «перемещение в пространстве независимо от мертвого тела» Обострение физических чувств (слух, зрение, обоняние).
- * Встречи с другими лицами, часто - умершими ранее, особое выделение светящегося «духа», «ангела».
- * Картины прошлой жизни.
- * Достижение какого-то предела (весьма размытое понятие)

Нежелание возвращаться

А теперь я попробую привести те же симптомы в несколько иной терминологии: затруднение выражения виденных образов в символах второй сигнальной системы; усиление патологической доминанты слуховым раздражителем; торможение ретикулярной формации промежуточного мозга; более сильное энергетическое обеспечение механизмов центрального зрения; различные интегративные нарушения центральной нервной системы, большая стойкость подкорковых очагов возбуждения, имеющих высокий индекс корреляции; полное прекращение интегративной функции коры. **Это перечисление ничего не напоминает врачам интенсивной те-**

рапии? Симптомы почти дословно взяты из описания действия кетамина (кеталар, каллипсо) на центральную нервную систему. Отличительная особенность этого препарата - так называемый диссоциативный наркоз. В результате больные не чувствуют конкретных раздражений, но тоже слышат, видят (и, кстати, довольно часто-тоннель или «трубу»), куда-то «уходят», «возносятся», встречаются близких и т.д. И ведь все это неоднократно описано в специальной литературе. **Просто удивляет способность некоторых авторов «не видеть того, что им не нужно».** В лучшем случае следует оговорка - «люди, которых я опрашивал, не были под наркозом».

А это уже сознательное или «защитное» передергивание. Речь ведь идет не о наркозе, а о диссоциации участков коры головного мозга, вызывающих конкретные симптомы. При умирании диссоциативные процессы обусловлены гипоксией и тканевым ацидозом, но они наступают и проявляются на первом этапе умирания (когда кора еще не отключилась) и после оживления (если мозг не погиб).

В заключение хочу привести еще некоторые состояния, сопровождающиеся корковой диссоциацией и вышеперечисленными симптомами.

Интоксикация. Нередко передозировки некоторых лекарственных веществ, сопровождающиеся глубокой комой, принимаются за смерть. И если больной выведен из этого состояния, он описывает почти все вышеперечисленные симптомы, а иногда даже уверен, что побывал на том свете.

Хочется подчеркнуть один нюанс - около 15-17% принимавших ЛСД отмечают, что после этого «общались с инопланетянами». Так что, после этого писать трактат - «ЛСД как проводник к иным мирам»? Гипогликемическая кома. В литературе достаточно описаний психопатологических симптомов, сопровождающих развитие этого состояния - нужно только хотеть читать. Нарушения, обусловленные физическими воздействиями (например, гипотермическая кома, кстати, чаще всего дающая в прошлом феномен «чудесного воскрешения» при согревании в гробу или в морге. После повышения температуры тела до 35°C и выше больной, если приходит в себя, рассказывает и про «ангелов», и про «неземное тепло», и про «свет в конце тоннеля».

Доктор Л. Шуэров

ГЕМАНГИОМА

Гемангиомы - часто встречающиеся доброкачественные сосудистые образования. Несмотря на свою доброкачественную природу, гемангиомы имеют черты клинически злокачественного течения. Даже точечные и небольшие сосудистые опухоли у новорожденных могут проявлять бурный рост, нередко достигая больших размеров. Несмотря на возможность самоизлечения, ее течение все же остается непредсказуемым.

Простые гемангиомы имеют красный или сине-багровый цвет, располагаются поверхностно, четко отграничены, поражают кожу и несколько миллиметров подкожного жирового слоя, растут преимущественно в стороны. Поверхность гемангиом гладкая, реже - неровная, иногда несколько выступающая над кожей. При надавливании гемангиомы бледнеют, но затем снова восстанавливают свой цвет. Кавернозные гемангиомы располагаются под кожей в виде ограниченного узла. Выглядят в виде опухолевидного образования, покрытого неизменной или синюшной на верхушке кожей. При надавливании гемангиома спадается и бледнеет (вследствие оттока крови).

Комбинированные гемангиомы представляют собой сочетание поверхностной и подкожной гемангиом (простая и кавернозная). Смешанные гемангиомы состоят из опухолевых клеток, исходящих из сосудов и других тканей. Внешний вид, цвет и консистенция определяют входящими в состав сосудистой опухоли тканями.

Особенностью течения некоторых гемангиом является их склонность к частому изъязвлению и самоизлечению.

Лечение гемангиом

Хирургическое лечение показано при глубоко расположенных сосудистых опухолях, когда можно удалить гемангиому целиком, в пределах здоровых тканей, без значительного косметического ущерба. Оперативный метод лечения гемангиом целесообразно использовать и в тех случаях, когда применение других способов лечения представляется заведомо неэффективным. Лучевому лечению подлежат гемангиомы сложных локализаций, в первую очередь опухоли таких областей, где другие методы лечения невозможно использовать, например область глазницы. Лучевая терапия показана также при простых гемангиомах большой площади. Облучение проводится отдельными фракциями с интервалами от 2-4 недель до 2-6 месяцев.

Диатермоэлектрокоагуляции подлежат лишь небольшие, точечные гемангиомы в тех случаях, когда опухоль располагается в областях, недоступных для другого метода лечения.

Кровотечения можно считать показанием к электрокоагуляции. Электрокоагуляцию обширных и глубоких гемангиом не применяют. Склерозирующее лечение пока-

зано при небольших, глубоко расположенных сосудистых опухолях сложной локализации, особенно при лечении небольших кавернозных и комбинированных гемангиом лица и кончика носа. Для склерозирования используется 70% -ный спирт или другие препараты.

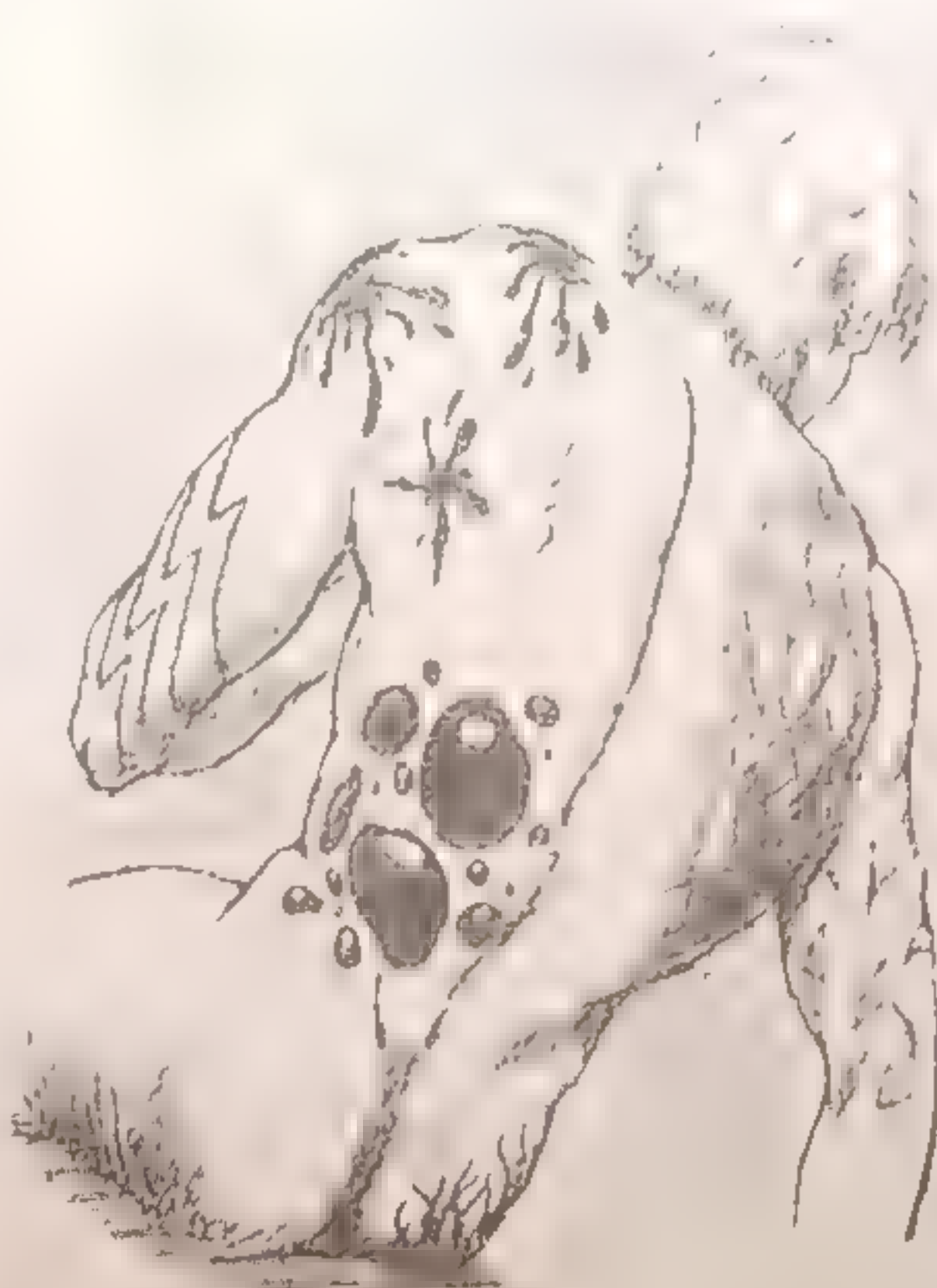
Недостатками склерозирующей терапии являются болезненность и длительность лечения. Преимущество инъекционной терапии перед другими консервативными методами лечения заключается в ее простоте, что делает этот метод особенно ценным.

Одним из новых методов лечения обширных гемангиом наружных покровов у детей является гормональное лечение.

Гормональное лечение проводится преднизолоном. Гормонотерапия является довольно результативным методом лечения гемангиом, однако при высокой его эффективности (98%) желаемого косметического результата достичь практически невозможно. **Этот метод прекрасно останавливает рост сосудистой опухоли.** Гормональная терапия это больше не самостоятельный, а вспомогательный метод лечения. **Широко применяется низкотемпературное воздействие.** Криогенному лечению подлежат все простые гемангиомы небольшой площади, любой локализации. Показанием к проведению СВЧ-криогенного метода лечения служило наличие кавернозных и комбинированных гемангиом с выраженной подкожной частью, чаще - сложной локализации, не поддающихся или плохо поддающихся лечению другими способами.

Методика СВЧ-криодеструкции достаточно проста, проводится в амбулаторных условиях и не требует обезболивания. Область гемангиомы облучается СВЧ-полем с последующей немедленной криодеструкцией.

С. Волков



ТЕПЛО ВАШИХ РУК



Скрывается ли что-нибудь еще за современным знахарством, кроме психотерапии?

Наверное, скоро наука даст ответ.

...В науке все разложено по полочкам: биологи изучают живое, физики — неживое.

Время от времени, однако, происходит смещение интересов. Несколько лет назад в Московском институте радиотехники и электроники стали изучать и измерять излучения живых организмов: тепло, звук, свет... Возглавили работу академик Юрий Васильевич Гуляев и доктор физико-математических наук Эдуард Эммануилович Годик.

Повод к такому переключению внимания был необычный для академической науки: экстрасенсы. Решено было организовать проверку их способностей. На хорошем уровне. На плохом и прежде было много всяких проверок, и теперь хватает.

Хорошая проверка — дело непростое

Любая работа, проводимая физиками, — говорит Годик, — если это не пустячок на три дня, требует вложения средств и жизни сотрудников...

Чтобы средства и жизнь не травились впустую, надо было составить бесприоритетную программу исследований, от которой был бы прок независимо от того, обнаружится ли что-то за экстрасенсами или нет. Решили подойти к делу более широко: программа была названа

«Физические поля биологических объектов»

— Реально мы начали работать с 1982-го, даже с 1983 года, потому что год мы провели в разговорах. Правда, программа исследований была написана в 1981 году, но от программы до «железок», до приборов ох как далеко. У нас не было ни помещений, ни ставок. Одна моя ставка, да и то в другой лаборатории...

— Кто нынче у вас работает?

— Здесь все профессиональные физики. В основном — московский Физтех. Несколько человек с механики, математики по цифровой обработке. Всего двадцать пять человек. И двадцать студентов — опять-таки Физтеха.

Интересен принцип, в соответствии с которым подбирали сотрудников лаборатории.

— Учитывая, что на этой тематике многие хорошие люди ударились во всякие там философии, мы брали физиков, у которых не было интереса к этой теме.

— Как же без интереса?

— Интерес должен быть к физике, а не к «феноменам». Мы заранее договорились: если кто-то в процессе экспериментов обретет такой интерес, мы его устроим куда-нибудь в другое место.

Никому не хотелось тратить жизнь, чтобы в конце концов превратиться в очередную контору по изготовлению сенсаций

При всем при том — при отсутствии интереса ко всяким загадочным «феноменам» — каждый сотрудник лаборатории вместо одного рабочего дня часто проводит здесь два. Интерес к физике.

Я спросил Годика, во сколько они заканчивают работу. Шел десятый час вечера, когда мы с ним беседовали.

— В общем, так, — был ответ, — оставаться после двенадцати не рекомендуется.

Чем же опасен интерес к «феноменам»?

— Понимаете, — объясняет Годик, — человек начинает веровать. Ставит точки, а кривую уже нарисовал. Случается такое в физике.

Кривая, нарисованная раньше точкой, — телега впереди лошади. Нормальный путь, как известно: кривую, обозначающую ту или иную закономерность, вычерчивают, соединяя на графике отдельные точки, полученные в результате измерений.

— В прежние времена как было? — продолжает мой собеседник. — Прибор либо показывает что-то, либо нет. Если стрелка отклоняется от нуля — эврика! — обнаружен какой-то неведомый эффект. Сегод-

ня же чувствительность приборов такова, что стрелка всегда отклонена, прибор всегда что-то показывает. Весь вопрос — что? От экспериментатора требуется неслыханное мастерство, опыт, интуиция, чтобы правильно ответить на этот вопрос. И предельная объективность.

Человек может сам не подозревать, что заинтересован в каком-то результате. Ему ничего не стоит чуть сдвинуть точки и получить нужную кривую. Сколько таких результатов публикуется! Сколько «открытий» сделано! А за всем — лишь «грязный» эксперимент.

Святая правда. Знаю научных работников, у которых жизнь пошла наперекосяк с того момента, как обуяли их азарт и страсть к экстрасенсам, к «летающим тарелкам»...

По виду ничем они не отличаются от других, но никто их всерьез уже не воспринимает. Сидит в них червоточина.

Так в былые времена, должно быть, губила человека картежная страсть. Что делать, слаб человек.

— Четыре года вы работаете. Каков итог?

— Сегодня ту работу, которую намечали, мы проделали, как говорится, в первом приближении — мы видим все поля, которые рождаются вокруг человека. Все!

— Нет ли среди них биополя?

— Что такое биополе — это надо изобретателей спрашивать. Это плод воображения неких людей, не имеющих отношения к физике, которым кажется, что в физику все что угодно можно впихнуть, поскольку там все зыбко и неопределенно. А у нас вся мебель расставлена. Все стоит на своих местах, надо лишь небольшой порядок навести.

А есть ли печебное воздействие?

К истине физики пришли обычным для науки путем. Навели порядок в определенной области своей науки, после чего возможный механизм лечебного действия экстрасенсов высветился сам собой.

Если бы они попытались решить задачу в лоб, сосредоточившись на одних экстрасенсах, не исключено, их постигла бы неудача, как она постигала других, написавших про экстрасенсов тонны словесной шелухи.

— С этими «феноменами» ключевым моментом оказалось вот что, — говорит Годик. — **Мы просто провели измерения и установили, что кожа человека обладает очень высокой чувствительностью к теплу.**

Три десятые градуса чувствует на близко расположенной поверхности. И вот что получается: когда рука экстрасенса идет вдоль спины больного, на тепло руки откликаются в основном некоторые дерматомы. Или, по-другому, — зоны Захарьина-Геда. Или как там еще их называют... Названий у этих точек и зон много: активные точки, стимулирующие точки, электроаномальные точки, электроактивные точки, биологически активные точки, биологически активные зоны, точки акупунктуры, точки рефлексотерапии, точки игло-рефлексотерапии, точки рефлекторно-пунктурной терапии... Впрочем, Годик отделяет зоны Захарьина-Геда от точек иглоукалывания: физиологическая природа этих зон вполне ясна, о точках этого не скажешь.

— Мне больше нравится слово «дерматом», — продолжает мой собеседник. — Известно, что дерматомы имеют нервную связь с различными органами. По тому, как они реагируют на то или иное воздействие, можно судить о состоянии органа. В данном случае под рукой у экстрасенса нагревается тот дерматом, который связан с больным органом. Он избирательно нагревается. Это не свойство экстрасенса, а свойство человеческого организма. При этом экстрасенс ощущает, где именно греется. Его чувствительности хватает с запасом. А что дальше происходит, какой тут возможен лечебный эффект — в этом должны физиологи разобраться...

— На это способен только экстрасенс или любой человек?

— В принципе — любой человек. Хотя, конечно, у разных людей есть различия в чувствительности руки. Ну и, к тому же, у тренированного человека всегда получается лучше, чем у нетренированного. **Мы с самого начала ориентировались не на изучение экстрасенса, а на изучение обычного человека.**

Поскольку мы исходили из убеждения, что ничто в человеческом сообществе не может вырасти на пустом месте. Некие люди могут иметь особенности в том или ином отношении, но только особенности, а не обладать чем-то из ряда вон выходящим.

Вот только и всего: рука чувствует теплые зоны и дополнительно их прогревает.

Удовольствуются ли этим экстрасенсы? Вряд ли. Они ведь на многое замахиваются.



Вот, если бы установили, что они действительно могут видеть человека насквозь, читать его прошлое и будущее, исцелять на расстоянии, заочно, указывать, где зарыт разыскиваемый милицией труп, разговаривать с «космическими духами», передвигать силой воли предметы и т. д., тогда, наверное, удовольствовались бы.

Скорее всего, «лечение руками» (главный козырь экстрасенсов) — еще один способ рефлексотерапии по типу иглоукалывания. Хотя иглоукалывание и называется так, в дело идут не одни иглы. Точки на теле массируют пальцами, специальными вибраторами, воздействуют на

них вакуумом, электричеством, электромагнитным полем, ультразвуком, лазером, прижигают и прогревают разными способами...

По-видимому, прогревание рукой биологически активных зон — из того же ряда лечебных воздействий.

Надо ли говорить экстрасенсам спасибо за то, что они подсказали нам этот способ лечения? Не знаю. Есть наука и есть культура. Оправдывает ли толка пользы, которую, возможно, экстрасенсы принесут науке, медицине, тот невежественный шаш, который кружится, гомонит вокруг них? На каких весах взвесить?

— Нынче вашим именем экстрасенсы размахивают точно знаменем, — говорю я Годiku. — Как же — научное подтверждение...

— Да? — смеется он. — Это удивительно. А я, напротив, выходя из лаборатории, всякий раз по сторонам оглядываюсь: как бы не побили.

Ведь всю ту ахинею, которая в академию от экстрасенсов стекается, мне на отзыв дают...

Можно ли требовать, чтобы «лечение руками» было скоро подхвачено и широко распространено? Требовать, конечно, можно, но станем рассуждать трезво: иглоукалывание известно по крайней мере две с половиной тысячи лет, а есть ли у него широкое распространение?

Все же какое-то место «руколечение» должно занять в медицине. Может быть, в ином варианте. В лаборатории Годика роль экстрасенсов неплохо исполняют приборы. В будущем, наверное, они намного превзойдут человека.

Нет сомнения, жгучий интерес публики к экстрасенсам миглом увянет, как только наука тем или иным образом оприходует их. Ну кого сейчас интересует гипноз? Или самовнушение? Или иглоукалывание? А ведь было время, тоже страсти бушевали. Правда, останется еще общение с духами, предсказание судьбы... Но это уже из другой оперы. Тут физики вряд ли помогут.

С. Антонов

ОТКРОВЕНИЯ МОНАХА АВЕЛЯ

История сохранила скудные сведения об этом, когда-то знаменитом, ясновидце. Крестьянин Василий Васильев (1757- 1841) родился в одной из деревень Тульской губернии. Неудавшийся коновал, он имел склонность к таинственным, «мудрованиям», что послужило поводом его постоянных налломничеств. Одно из таких странствий привело его в Валаамский Свято-Преображенский монастырь, где он принял монашество под именем брата Авеля. Спустя некоторое время брат Авель ушел в странствия, но вскоре появился в Николо-Преображенском монастыре Костромской губернии. Именно там он и пишет свою первую книгу предсказаний.



Пророки, как правило, неудобны не только для властей, но и для обычных людей

Истинные пророки не пользуются авторитетом в обыденной жизни. Те ясновидящие, к которым обычно принято обращаться, дают нам не истинную информацию, а просто утешение. Люди совсем не любят вникать в свое будущее, как и в причины, приводящие именно к такому конкретному развитию событий. Всякое будущее можно изменить, но для этого необходимо как минимум ясное осознание порочности своих сегодняшних поступков и последующее покаяние. **Но именно это мало кого устраивает, и поэтому к настоящим пророкам обращаются редко, только тогда, когда действительно необходима точная информация о будущем.**

Именно так обращались с Авелем и русские цари. Они то заточали его в тюрьму, то снова освобождали, желая узнать о своем будущем. Но тем не менее Авель был одной из самых значительных фигур, бывших предсказателями у династии дома Романовых. Когда его пророчества достигли наконец царицы, монаха доставили из Костромского острога прямо в Санкт-Петербург. Он без задержки попал на прием к Екатерине Второй. Оказавшись наедине с государыней, Авель напроорочил ей, что ровно через год она скончается.

Вполне естественно, что в результате сего пророчества брат Авель оказался теперь уже в Петропавловской крепости, имея все основания остаться там навсегда. Но пророчество исполнилось. Государыня-императрица скончалась в точности так, как предсказал монах.

Вступивший на престол Павел I был наслышан о пророке из Костромского монастыря, поэтому он решил лично побеседовать с ним и испросить благословения. Этот разговор стал темой особого внимания Петра Николаевича Шабельского-Борка, историка-монархиста и писателя. В его книге разговор между императором и монахом описывается так: « Пристальный взгляд императора Павла Петровича встретился с кроткими глазами стоявшего перед ним монаха Авеля...

- Честной отец, - промолвил император, - что зришь ты пророчливыми своими очами о роде моем во мгле веков и державе Российской?

- Эх, батюшка царь, - покачал головой Авель, - пошто себе печаль предречь меня понуждаешь? О судьбе державы Российской было в молитве откровение мое о трех лютых игах: татарском, польском и грядущем еще жидовском.

- Что! Святая Русь под игом жидовским? Не быть тому во век! - гневно нахмурился император Павел Петрович, - пустое болтаешь, черноризец!

- А где татары, Ваше императорское Величество? Где поляки? И с игом жидовским то же будет. О том не печалься, батюшка-царь: христоубийцы понесут свое...

...Горько зарыдал веший Авель и сквозь слезы тихо продолжал:

- А потом будет жид скорпионом бичевать землю русскую, грабить святыни ее, закрывать церкви Божии, казнить лучших людей русских. Сие есть попушение Божие, гнев Господень за отречение России от святого царя.

В глазах Авеля вешего горел огонь нездешней силы».

У современного читателя, незнакомого с понятиями тех времен, мо-

К сожалению, в отличие от более удачливого пророка Но-страдамуса, ни одна из его книг не дошла до нашего времени. Книги Авеля были более понятны и точны. И возможно, поэтому ни одна из них не дошла до нашего времени, бесследно исчезнув еще в XIX веке. Но изложенные в них идеи нашли свое продолжение в мистериях Григория Распутина и апокалиптических предсказаниях Иоанна Кронштадтского.

Сначала писание отца Авеля прочитал настоятель и, как следовало ожидать, отослал автора вместе с книгой в Костромскую консисторию к епархиальному архиерею. Тот, прочитав сочинение, заявил: «**Сия твоя книга написана смертной казнью**». Костромской губернатор, ознакомившись с книгой, приказал немедленно заточить Авеля в острог. Со временем в жизни прорицателя такая реакция властей стала обыденностью. За свою нелегкую жизнь ему пришлось просидеть в общей сложности 21 год.

жет возникнуть множество вопросов. Попробую ответить хотя бы на часть из них. «Святым царем» принято было в свое время называть Николая Второго, казненного большевиками. Сейчас можно утверждать — еще до рождения ясновидцы и пророки сего царя ждали и предвидели его неизбежную участь.

Откуда что пришло

В книгах Шабельского-Борка воплотились материалы, взятые, в основном, из «научных рассказов» Сергея Нилуса, известного писателя и монаха. Но впоследствии именно книги Нилуса явились одним из источников идеологии, породившей в России черносотенное движение. А в будущем они же стали одним из источников идеологии Третьего рейха. Но начало идеи борьбы с «христубийцами» было положено именно в откровениях монаха Авеля.

По повелению Павла Первого Авеля поселили в монастыре в Александро-Невской лавре. Но вскоре странник покинул Петербург и вернулся в Валаамский монастырь. **Здесь он по наущению «начала злобного» демона написал книгу, повествующую о событиях, которые должны будут в будущем произойти в Российской империи.** Митрополит Петербургский, на стол к которому попала вторая книга Авеля, немедленно направил ее в секретную палату, где рассматриваются важные секреты и государственные документы. Лично ознакомившись с книгой и увидев в ней предсказания собственной скорой трагической кончины, Павел Первый в гневе отдал приказ о заточении монаха в тюрьму Петропавловской крепости, и вновь Абель провел год в этой тюрьме, пока не умер император.

Отношение русских самодержцев к пророчествам поистине изумительно

Почти никто из них не сделал попытки учесть предсказания и сделать из него выводы, внеся необходимые коррективы в свою личную жизнь и проводимую ими политику. Нас очень часто подводит именно вера в собственную непогрешимость. Мы не желаем ни слышать, ни видеть того, что ущемляет наше самомнение. И, может быть, поэтому обвиняем пророков, вместо того чтобы принять меры. Те,

кто читал Библию, помнят книгу Иона, предсказавшего гибель Ниневии. Жители этого города оказались достаточно мудры, вняв пророку, покаяться перед Богом. Гибель обошла их стороной, но, видимо, покаяние доступно не всякому.

Взошедший на престол Александр отнесся к пророку очень настороженно. Не желая искушать судьбу, он выслал Авеля из Петербурга в Соловецкий монастырь, сопроводив свое решение резолюцией: **«Быть ему там, доколе сбудутся предсказания».** В тюрьме Соловецкого монастыря ему пришлось провести почти 11 лет. Там он и написал третью книгу с предсказанием о взятии и сожжении французами Москвы. Только после разгрома французов, в 1813 году, монах смог вновь вернуться в Петербург, где был принят с радостью и почетом графом Голицыным, который смиренно



вопросал его «вся от начала и до конца». Затем Абель вновь отправился странствовать по монастырям.

Но при Николае I пойманного пророка заточили в Спасо-Ефимский Суздальский монастырь, где он пробыл до самой смерти. Правда, по версии анонимного рассказчика, пересказанной Нилусом, после 1813 года Абель бесследно исчез. И это утверждение еще более мистифицирует его загадочную личность. Известно, что при жизни Абель говорил так: **«Сказано, что если я буду пророчествовать вслух людям, то брать под секрет тех людей и самого Авеля и держать их в тюрьмах или острогах под крепкой стражей. Нынче лучше ничего не знать, да быть на воле, чем знать, да быть в тюрьме».** Таким образом, вполне возможно, что, исчезнув бесследно, пророк наконец сделал выводы и для самого себя.

Пророчества не всегда безобидны, поскольку порождают определенные последствия. Ужасы предсказаний Иоанна Кронштадтского явно подпитывались элементами сохранившихся высказываний Авеля. Со временем предсказания частично забывались, а частично дополнялись художественными вымыслами и звучали уже совсем не так, как в устах пророка.

Они видоизменялись и принимали иную форму. «Протоколы сионских мудрецов», вышедшие из-под пера философа Соловьева, черпают свое начало в том же источнике. Лично мне это писание кажется весьма странным и нелогичным. В частности, там идет речь об установлении власти еврейского царя. «Ты представляешь себе еврея-монархиста?» — спросил я у своего приятеля, свято верующего в откровения Соловьева.

Но ведь еврейский царь был — возразил он мне. — Это Ленин. Он и по крови, согласно их законам, может считаться евреем.

Что ж, возможно, он и прав. Но не все так просто в этом мире. Есть народная пословица — что ни делает Бог, все к лучшему. Всемогущий Бог не лишен здравого рассуждения, явно лишен самодурства. Он точно учитывает причины, следствия и логические взаимосвязи всего происходящего, извлекая необходимую пользу из любой ситуации.

В конечном счете, исторические катастрофизмы — последствия когда-то принятых неверных решений

Либо отказа от своевременного совершения правильных действий. Ибо все в этом мире, включая предсказанные ситуации, имеет, в конечном счете, вполне понятные причины и следствия. Самые злейшие враги необходимы, если мы умеем перенимать у них полезное и отвергать вредное. А это значит, что самые почитаемые традиции могут стать хуже любого врага, когда их время проходит.

По воспоминаниям М. Ф. Герингер, обер-камер-фрау императрицы Александры Федоровны, все три книги Авеля хранились в императорском дворце, пока не были явлены взору императора Николая II. Их чтение произвело на него удручающее впечатление. Он стал задумчив и печален. Отчего — точно не суждено узнать. Вполне возможно, что он действительно узнал из них свое будущее.

Подготовил доктор Морро.

МУТАЦИЯ ГОЛОСА - индикатор развития мальчика

3 Специалисты считают, что пускаться на самотек процесс «ломки» голоса нельзя. Иначе детский серебристый голосок вместо красивого мужского баса или баритона может превратиться в хриплый шепот.

НЕВЕРОЯТНОЙ красоты голос, которым чудо-мальчик Робертино Лоретти пел свою легендарную «Джамайку», радовал его владельца недолго. Когда юный Робертино начал взрослеть, высокие ноты перестали ему даваться, и голос «сломался» (говоря по-научному, мутировал).

- Юношеская мутация - это показатель нормального развития мальчика, - говорит врач-фониатор Леонид Тринос. - Она означает, что мальчик превращается в мужчину. Обычно это происходит в 13 лет. Хотя у всех бывает по-разному. Встречается острая мутация: две-три недели, и нежный альт или дискант сменяется басом. Бывает и еще удивительнее - вчера еще ребенок звенел, как колокольчик, а утром вдруг загудел, как жук. Есть примеры противоположных мутаций - затянувшихся. «Ломка» голоса может длиться около года, и все это время мальчик то хрипит, то басит, то пищит.

Вообще, наблюдать за подростком в этот период довольно забавно. Процесс пробуждения в мальчике мужчины происходит очень наглядно, так сказать, «на лице». Еще вчера он говорил ангельским голосом, и вдруг - что-то хриплое, мужское, сердитое. А в промежутках между солидными низкими нотами - срывающиеся «петушиные» интонации. Подростки обычно очень стесняются таких срывов, порой даже комплексуют. Родители должны подготовить их к тому, что так происходит со всеми, и переживать по этому поводу не стоит.

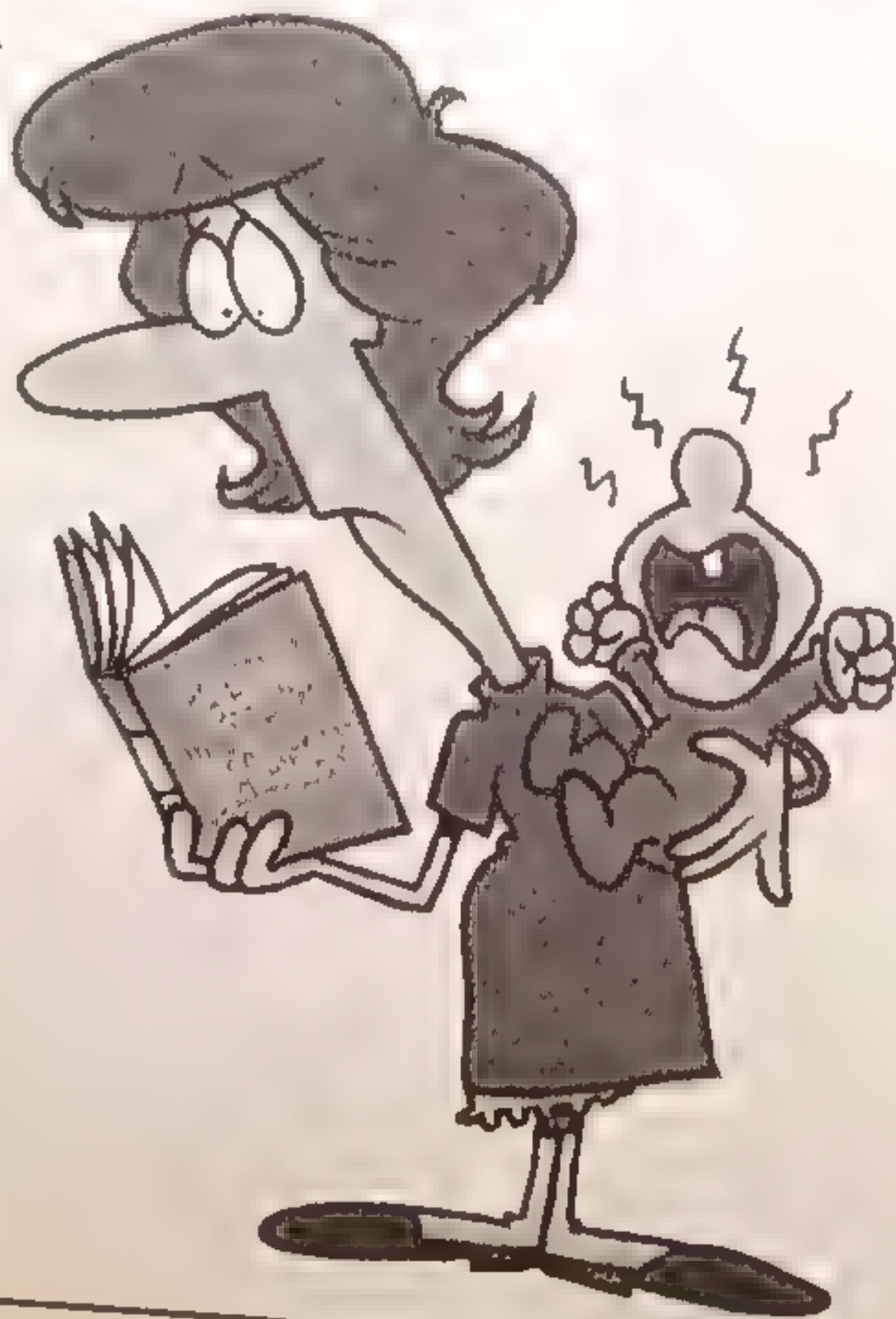
Кричать? Нет - молчать

- Мальчику, даже если он не собирается стать певцом, нужно в этот период относиться к своим голосовым связкам очень бережно. Прежде всего, поменьше разговаривать и желательнее не кричать, не напрягать связки. Очень вредят надрывные крики на

стадионах, во время спортивных состязаний, громкое пение. Второе, на что следует обратить внимание, - это диета. Из питания следует исключить острое, соленое, кетчупы, приправы. Я как специалист не советую увлекаться газированными напитками. Слизистая гортани в этот период очень чувствительна, на связках - большое количество мокроты. Не случайно подросткам часто хочется откашляться. Хорошо бы в это время принимать поливитамины, по капать в нос масляный раствор витаминов А и Е. И, конечно, родители должны следить за тем, как происходит голосовая мутация. В случае каких-то осложнений - немедленно обращаться к специалисту.

Был ли Орфей кастратом?

Мир знает еще один способ, как сохранить неизменным красивый мальчишеский голос. Это - кастрация (удаление половых желез), которая приводит к полному и необратимому прекращению их функций. Если кастрация яроизведена до начала полового созревания, гортань мальчика останавливается в своем развитии, ее хрящи не окостеневают, что и обуславливает сохранение высокого голоса. Происходит подобное и в случаях «природной кастрации» - неправильного или недостаточного развития половых желез. Поэтому мутация может быть своеобразным индикатором развития мальчика. Если ему уже 14-15 лет, а голос остается по-детски звонким, это должно насторожить родителей и побудить их обра-



титься к врачу-андрологу.

Бывают случаи, когда певцы-мужчины с совершенно нормальными голосами могут брать очень высокие ноты. Такие голоса - сопрано, альтино - встречаются очень редко, и до сих пор не объяснены наукой.

Самым знаменитым кастратом всех времен и народов был итальянский певец Фаринелли, живший в XVIII веке. В возрасте десяти лет он подвергся кастрации, а в 23 года стал самым великим певцом века. Выражение «Один бог - Фаринелли» стало пословицей. Говорили, что когда он пел, шампанское выдыхалось.

Никто из современных оперных исполнителей не способен пропеть 150 нот на одном дыхании, а Фаринелли, чей диапазон составлял три с половиной октавы, мог. В известном фильме «Фаринелли-кастрат» его голос синтезирован. Все его арии спеты голосами двух исполнителей, тенором и сопрано, и сведены затем нота в ноту с помощью компьютера. Результат резюмировал один из музыковедов: «Музыкальный оргазм».

От голоса реального Фаринелли дамы падали в обморок. В чем же секрет такого необычайного воздействия?

Ученые американского Института психологических исследований провели исследования. Более тысячи мужчин и женщин прослушивали пение кастратов, впадая при этом в состояние транса. Женщины испытывали сексуальное наслаждение, а у мужчин возникала эрекция. У 45 процентов слушателей обострялись ощущения, например, обоняние, вкус. Некоторые начинали страдать от необъяснимого чувства одиночества, причем у мужчин это проявлялось гораздо ярче. Для 15 процентов это пение стало своеобразным наркотиком, без которого они больше не мыслили своего существования. Но в целом исследования показали, что пение кастратов благотворно действует на многие физиологические процессы, способствует избавлению от неврозов, повышает восприимчивость органов чувств. После эксперимента была выпущена опытная партия кассет с ариями из опер и оперетт в исполнении синтезированных на компьютере голосов, подобных голосам певцов-кастратов. Эта партия тут же стала редкостью, за кассеты люди платили огромные деньги.

Вероятно природа, отнимая у мужчины самое дорогое, в некоторых случаях в виде особой милости восполняет это поистине волшебным даром...

А. Петренко

ОСТАВЬТЕ СЛЕД

Для простого теста на плоскостопии вам понадобятся всего две вещи — жирный крем и листок бумаги. Смажьте кремом подошву и наступите на бумагу. Стойте ровно, иначе результат может быть ошибочным. Теперь внимательно рассмотрите свой след. В норме по внутреннему краю стопы идет выемка (отпечатка здесь нет), которая посередине занимает больше половины стопы. Если этой выемки нет вовсе или она узкая (половина стопы и меньше) — никуда не деться: вам нужен ортопед.

Вот еще несколько настораживающих признаков:

- после физической нагрузки стопа становится болезненной (первая стадия болезни);
 - к вечеру стопы устают и отекают. В запущенных случаях (вторая стадия) боль охватывает всю ногу вплоть до коленного сустава. На третьей стадии начинает болеть поясница, а ходьба (в обуви, разумеется) становится мучением. Боли в ногах могут сочетаться с упорными головными болями;
 - нога словно выросла — приходится покупать обувь на размер больше;
 - стопа стала широкой настолько, что вы уже не влезаете в любимые туфли;
 - подбор обуви превращается в испытание, поскольку большинство моделей причиняет боль;
 - на старой обуви каблуки стоптаны с внутренней стороны.
- Окончательный диагноз врач-ортопед поставит на основании рентгеновских снимков или данных компьютерного исследования стоп.

К сожалению, радикально излечение плоскостопия возможно только в детстве. У взрослых развитие болезни можно лишь притормозить.

Коррекция плоскостопия преследует три цели:

- укрепить мышцы и связки стопы и, не дать стопе «разваливаться» дальше;
- защитить весь организм, и, прежде всего, позвоночник, от перегрузок;
- предотвратить развитие осложнений — артроза мелких суставов стопы, деформации пальцев и заболеваний позвоночника.

Тонус прежде всего

Мышцы и связки должны работать. Заставить этих бездельников напрягаться можно контрастными ванночками, массажем, гимнастикой и, наконец, ходьбой по неровной поверхности.

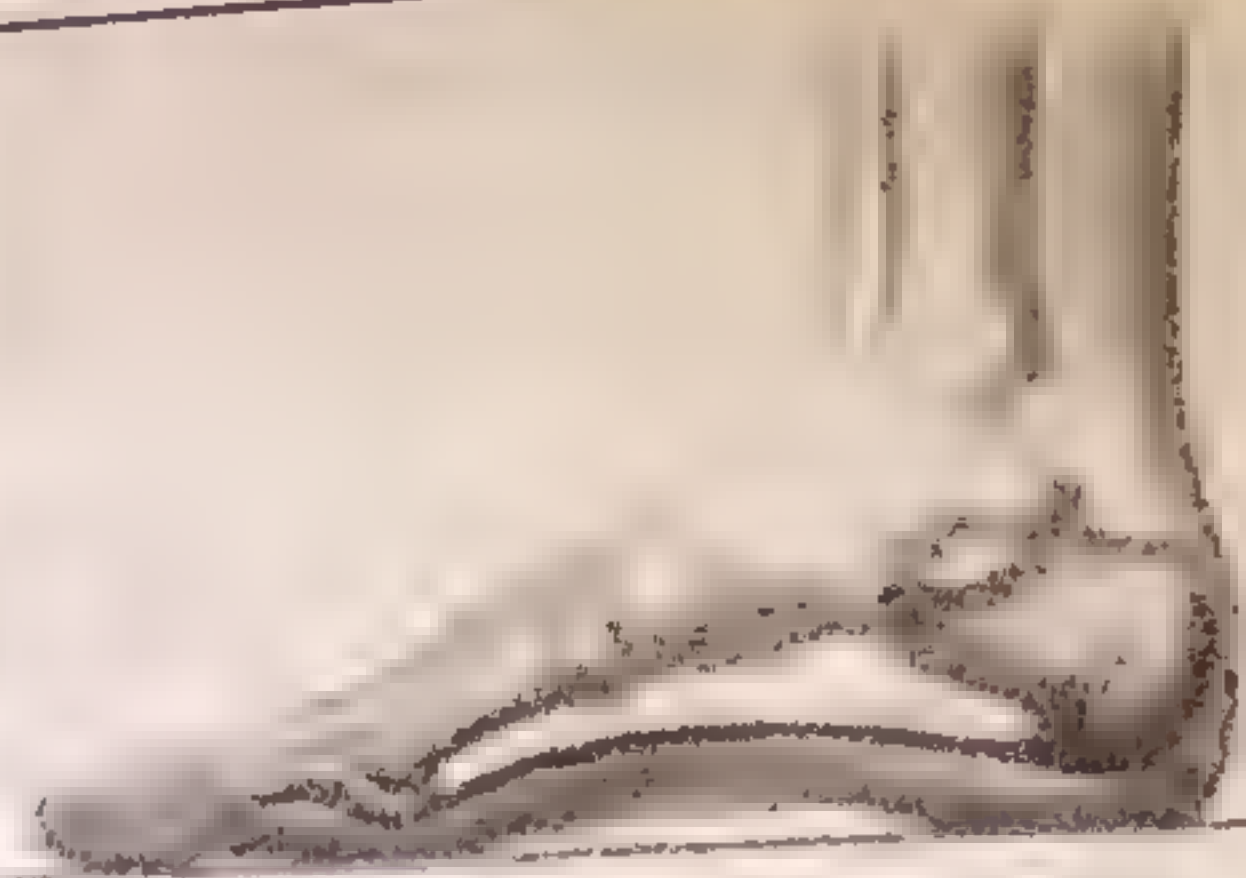
Вечером можно понежить ноги в горячей ванночке с настоем ромашки или морской соли, а также хвойного экстракта — все эти средства обладают тонизирующим действием. Если после такой процедуры вы обольете ноги холодной водой или протрете кусочком льда, усталость уйдет, как будто ее и не было.

Перед обливанием хорошо бы помассировать стопы. Для этого

сначала просто погладите их, а потом дайте хорошую нагрузку — с усилием разомните большими пальцами или даже кулаком. Пройдитесь от пятки к пальцам по внутреннему краю стопы, посередине и по наружному краю (его нужно разминать особо энергично).

При плоскостопии на гимнастику надо тратить не меньше 10 минут в день. **Где их взять?** Купите в магазине два массажных коврика. Один положите в ванной комнате. Когда умываетесь или чистите зубы, вставляйте на него босыми ногами и делайте несколько простейших движений: поднимайтесь на носки, перекатывайтесь с носка на пятку, стойте на наружной крае стопы. Если положите второй коврик на кухне около плиты — полноценная стимуляция стопам обеспечена.

Выбрались за город? Отбросьте башмаки в сторону и походите босиком, даже если ваши изнеженные стопы протестуют против хвой и камней. Бег по мокрой траве вызывает не только щенячий восторг, но и великолепно стимулирует стопы. А вот дома ходить босиком не следует — от идеального паркета толку никакого. Обращайте внимание и на походку: старайтесь ставить ноги параллельно, а при ходьбе опираться на наружный край стопы.



Нормальная стопа



Плоская стопа

Межпальцевый корректор и прочее

Мы уже упоминали, что убереечь позвоночник и внутренние органы от постоянной встряски, которую им обеспечивают плоские стопы, помогут стельки-супинаторы. Они возвращают стопе нормальное положение и берут на себя функции амортизатора. Иногда еще используют подпяточник (он нужен при развитии пяточных шпор, а также, если одна нога немного короче другой). При малейших признаках деформации большого пальца стопы поможет межпальцевый корректор — небольшая мягкая распорка из силикона, которую вставляют между первым и вторым пальцем, благодаря чему большой палец уже не может отклоняться в сторону мизинца.

Подобрать все эти несложные и такие нужные приспособления поможет врач-ортопед. Если болезнь зашла далеко, он посоветует, лекарства для снятия боли, предложит физиотерапевтические процедуры.

При резкой деформации большого пальца, постоянной боли и невозможности подобрать обувь приходится прибегать к хирургическому лечению. Однако искусственно создать нормальную форму стопы и восстановить ее функции удается далеко не всегда, да и восстановительный период после таких операций достаточно долг.

Доктор С. Интерм



СОРАЗМЕРЬТЕ СВОИ ФИНАНСОВЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ





До 22 августа влияние Венеры таково, что склоняет многих к активному поиску удовольствий, увеселению и флирту – самое время для отдыха. У многих возникнут азарт и авантюрное состояние духа. Сοразмерьте свои возможности, чтобы не «прогореть» в финансовом плане. После 22 августа рабочие дела и проблемы напомнят сами о себе – наступает хорошее время привести все в порядок. В обществе сейчас будет наблюдаться стремление к кооперации, к объединению во благо совместной деятельности. Заключение договоров, закрепление взаимных обязательств имеет смысл приурочить на период до 28 августа, поскольку в дальнейшем неблагоприятное влияние Меркурия плохо скажется на оформлении разного рода документов, выполнении договоренностей и т.п. Не стоит также в последних числах августа заключать сделки по купле-продаже недвижимости: велика вероятность, что нечто существенно важное от вас утаят. Удача будет сопутствовать тем делам, которые требуют точности и аккуратности в выполнении.



15 – 17 августа Луна в Овне

В эти дни люди очень эмоциональны, активны и легко возбудимы. Многие в этот период ощутят творческий подъем, но излишняя поспешность в мирской суете может быть чревата ушибами, несчастными случаями.

 **Хороший период** для всех дел, которые могут и должны быть быстро улажены. Благоприятно для всего связанного с техникой, промышленностью, химией. Хорошо для общения с начальством, для запланированных поездок.


 **Плохо** для всего, что грозит стать затяжным. Неудачно для вступления в брак, денежных операций, долгосрочных капиталовложений, заключения договоров.


Возможны переутомление и бессонница. Становится уязвимой голова, поэтому запрещаются все операции на голове и лице (включая пластические). Нельзя рвать зубы, стричь волосы на голове, производить манипуляции на ушах. Нельзя в эти дни концентрировать внимание, переутомляться, так как бывает уязвимой голова, становится слабым глазное дно. Считается, что в эти дни хорошо работают почки, поэтому рекомендуются операции и процедуры на органах мочевыделительной системы проводить в эти дни.



17 – 20 августа Луна в Тельце

Присутствие Луны в этом знаке располагает к доверию: становится легче понять друг друга, люди более обходительны, готовы проявить широту души. Появляется шанс достичь деловых успехов в материальной сфере. Усиливается тенденция к здоровой мысли.

 **Хорошо** для всего, что требует длительного времени для реализации или долго остается актуальным – для любви, брака, новых знакомств (особенно с женщинами и художниками). Прекрасно для всего, что касается моды, украшений, купли-продажи недвижимости.

 **Неблагоприятно** для всех дел, которые связаны с риском и авантурой.

Становится уязвимым горло и вся эндокринная система. Нельзя проводить операции на шее, на горле.


Когда Луна находится в Тельце, горло сильно перегружено и, кроме того, возникает большая чувствительность человека к продуктам питания. Поэтому в это время не следует питаться чем попало. Но голодать тоже нельзя – надо употреблять хорошую пищу и соблюдать диету.


В это время показаны операции и процедуры, связанные с половы-

ми органами. Но запрещается воздействие на горло, уши, на органы эндокринной системы: железы внутренней секреции.

20 – 22 августа Луна в Близнецах

Усиливаются восприимчивость и гибкость мышления, довольно легко завязываются новые связи, люди очень общительны.

 **Хорошо** для всего связанного с общением, установлением всех видов связи, для краткосрочных дел, для информации и рекламы. Благоприятно для торговых сделок, банковских операций, для деловых встреч и переписки.

 **Неблагоприятно** для всего затяжного, требующего много времени на реализацию. Для всех мероприятий, касающихся любви, брака, партнерства. неподходящее время для купли-продажи недвижимого имущества, для приема на работу новых сотрудников.

Противопоказаны все легочные процедуры, а также все дыхательные процедуры, т.к. легкие становятся очень уязвимы. Могут проявиться затруднение дыхания, одышка, усилятся аллергические реакции. В это время, естественно, запрещаются операции на легких, бронхах, но разрешены все «кровоочистивые» процедуры, прием ле-


ГОРОСКОП НА 2-Ю ПОЛОВИНУ АВГУСТА


карств, разгоняющих кровь и показанных для печени. Под угрозой травм находятся плечи и руки.



22 – 25 августа Луна в Раке

В эти дни, как правило, усиливается эмоциональная привязанность к близким людям. Все чувства и эмоции воспринимаются поистине с детской беззащитностью, повышается чувствительность, ранимость и даже сентиментальность. Но душевные порывы не выплескиваются наружу – они глубоко скрыты от окружающих. Нужно помнить, что в эти дни все люди легкоранимы.

 **Благоприятные** дни для реализации всего, что быстро теряет актуальность или требует быстрой переработки; для домашних и семейных дел, начала судебных процессов, для покупок.

 **Плохо** для затяжных дел: бракосочетания, начала строительства, для переездов и взятия денег в займы.

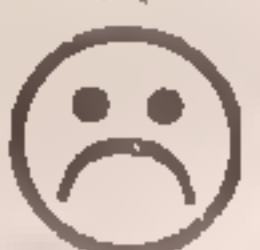
Уязвимым является желудок. При этом кислотность желудочного сока повышается у людей дневного рождения и понижается у людей ночного. Запрещены операции на желудке, на молочных железах, все виды биоэнергетического лечения, употребление спиртных напитков и химических препаратов. В эти дни рекомендуются процедуры, связанные с выведением камней и шлаков (в частности, очищение от отложения солей, лечение артритов). Разрешается лечить и удалять зубы, вставлять зубы, протезы. Показаны операции на ногах, коленях, сухожилиях. Хорошо лечить болезни обмена веществ (подагра), проводить профилактические процедуры.

25 – 27 августа Луна во Льве

У людей в эти дни возникает потребность высвободить свои душевные порывы: они проявляют большую открытость, широту взглядов, готовы поделиться своими ощущениями с окружающими людьми. Растет уверенность в своих силах, наилучшее применение находят организаторские способности. Активизируются дела сердечные и любовные.



Хорошо для всех юридических и официальных дел, для общения с властями и официальными лицами, для смены работы. Удачно для развлечений и увеселительных мероприятий, проведения культурного отдыха.



Плохо для финансовых сделок, заключения договоров, переездов. Неблагоприятно для помолвок и бракосочетаний, для оформления финансовых документов, для квартирных обменов.


В эти дни нельзя давать нагрузку на сердце, т.к. можно получить инфаркт или сердечную недостаточность. В эти дни человек подвержен радикулитам. Запрещены операции в районе спины и грудной полости. Кроме того, нельзя напрасно тратить физические силы, так как это требует большего расхода физической энергии, чем обычно. После такой траты энергии Луна перейдет в знак Девы и может привести к болезненному состоянию.

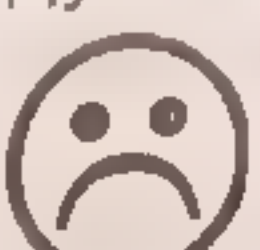
В это время можно проводить лечение всех сосудистых заболеваний и болезней нервной системы (судорог, дрожания). Рекомендуется лечение голеней ног, суставных заболеваний, болезней органов зрения.



27 – 29 августа Луна в Деве

Рациональный подход к житейским ситуациям – вот ключевое настроение этих дней. Если появилась «трещина» в отношениях, то в эти дни их нелегко наладить: чувствам трудно раскрыться, невидимый тормоз удерживает людей в состоянии эмоциональной сдержанности. У многих возникает потребность сделать уборку дома.

 **Хорошо** для всех дел, требующих аккуратности и точности: для разборки бумаг, оформления финансовых документов, для учебы. Удачно для ревизии и контроля, анализа цифрового материала, заготовки продуктов впрок.



Плохо для дел, требующих эмоционального подъема и умения видеть перспективу: для любви и брака, дружбы и знакомства, сдачи экзаменов и зачетов. Неблагоприятно для поездок водным транспортом, купли-продажи недвижимости.


Уязвимы, в основном, кишечник и желудочно-кишечный тракт


(кроме прямой кишки). Поэтому в эти дни нужно быть внимательным к вопросам соблюдения диеты. Запрещены операции на брюшной полости. Можно производить процедуры по очищению крови и печени, а также лечить кожные болезни. Это время очень подходит для косметических процедур и подготовки к пластическим операциям. Сами же операции надо делать, когда Луна будет в Весах.



29 – 31 августа Луна в Весах

В эти дни люди миролюбивы и не склонны к ссорам, проявляют готовность к партнерству, контактам, переговорам. У них повышена чувствительность к хорошему со стороны других, проявляется тяга к красоте, улучшается понимание нужд и желаний тех, кто обращается к ним за помощью.

 **Хорошо** для быстротекущих дел и для всего, что быстро теряет актуальность. Благоприятно для бракосочетания, общения с друзьями, культурных и увеселительных мероприятий, купли-продажи предметов искусства и антиквариата. Хорошо для украшения жилища, покупки предметов женского туалета, парфюмерии и косметики, мебели и звукоаппаратуры.

 **Плохо** для всех грязных и неэстетичных работ (чистки цистерн из-под мазута, переборки старых механизмов и т.п.), а также для всех видов работ, связанных с огнем и металлическими конструкциями, острыми инструментами и едкими жидкостями.

Уязвимы почки, поэтому нельзя их перегружать. Уязвима также эндокринная система, особенно поджелудочная железа. Люди с диабетом и панкреатитом должны в эти дни быть осторожны. Если в последний день, когда Луна в Деве, съесть тяжелую пищу, то на следующий день, когда Луна войдет в Весы, это может сильно сказаться на поджелудочной железе; возможны приступы обострения болезней. В эти дни можно делать пластические операции, вырывать зубы, лечить уши, стоять на голове, развивать органы чувств. Начало процедур по избавлению от лишнего веса лучше всего делать в это время.

Звездочет Вега

Лечение звуком

Связь голоса, любого звука, акустической вибрации с нервными центрами установлена еще в древности. Особенно на Востоке.

Ниже приводятся отдельные звуки и звуко сочетания, которые были разработаны еще в Древней Индии и по сей день используются в йоге для лечения самых разных заболеваний.

Они основаны не на смысловом значении слов, а на целебном воздействии колебаний, возникающих при произнесении звуко сочетаний, именуемых мантрами.

Прежде всего надо верить, что они обладают заложенной в них энергетикой и могут своими звуковыми колебаниями оказать необходимую помощь.

Перед произнесением мантр обязательно надо сесть в удобное кресло (можно чуть откинувшись назад), руки опустить вдоль тела, физически полностью расслабиться, а мысленно сосредоточиться на больном органе.

Проговаривать мантры следует четко, вполголоса, на активном выдохе.

Произносить их рекомендуется от 8 до 12 раз с интервалом в 2-3 секунды.

Проводить же такую терапию в день следует не более 3-4 раз. Лишь при запущенных и острых болезнях количество процедур можно увеличить до 7-8 раз.

Звуко сочетание «ОМ» - активизирует работу всего организма в целом, эффективно при опухолях мозга и повышенном кровяном давлении.

Мантра «ЛАМ» - помогает при лечении простатита, геморроя, воспалении придатков, при запорах.

Звук «Ю» - благотворно действует на почки и мочевой пузырь, снимает болевые спазмы.

Мантра «СИ» - снимает напряжение, особенно после страха.

Звуко сочетание «ОИ» - благотворно воздействует на работу прямой кишки, лечит геморрой. (При произношении этого звука можно как бы подвывать и произносить его несколько громче.)

Мантра «МПОМ» - благотворно действует на работу сердца. Ее надо произносить так, будто вы играете на трубе. Если трудно произносить такое звуко сочетание, его можно заменить на уп-

рощенное «ПА».

Сердце может болеть как от недостатка энергии, так и от ее избытка, поэтому надо попробовать оба варианта и выбрать для себя наиболее подходящий.

Звукотерапия - мощное средство воздействия на организм человека. С ее помощью можно избавиться практически от любых болезней, главное - искренне верить в этот метод лечения.

Звукотерапия была хорошо известна и в Древнем Китае, применяется она современными врачами и сейчас. Разработанные здесь методики сходны с йоговскими.

Количество произношений за одну процедуру колеблется от 9 до 12, а вот положение рук другое - оно указывается в каждом конкретном случае.

«ХЭ» - звуко сочетание применяется для лечения онкологических болезней. Произносить звук следует 9 раз за каждую процедуру. Левую руку надо положить на больной орган, правую положить на нее сверху. Если после применения химиотерапии состав крови изменился в худшую сторону, после девятикратного произношения указанного звука следует шесть раз произнести звуко сочетание «СИ».

«ГУ-О» - используется при лечении болезней печени, желчного пузыря, сухожилий и глаз. При произношении руки следует вышеуказанным способом класть на область печени.

«ЧЕН» - рекомендуется при заболеваниях сердца, тонкого кишечника, языка. Произносится 9 раз. Руки кладутся на область сердца.

«ДОН» - оказывает помощь при заболеваниях селезенки, желудка, мышц рта. Произносится 12 раз. Руки накладываются на солнечное сплетение.

«ШЭН» - применяется для лечения болезней легких, толстой кишки.

«Ю» - звук используется при заболеваниях почек, мочевого пузыря, костной системы. Произносится 9-12 раз. Ладони при этом располагаются на области копчика.

А это совет известного экстрасенса Евгения Кудрявцева

Лечение звуками - звукотерапия - актуальный метод лечения. Его и в наше время широко используют в лечении многих заболеваний в некоторых монастырях Тибета. Звукотерапией можно вылечить от простой царапины и вплоть до рака.

Для того, чтобы лечить звуками, необходимо знать: с какой частотой (вибрацией) необходимо произносить звуки, какой звук (букву) надо произносить звонко, какой - глухо, какой - надо протяжно, сколько по времени (для одного - 1 сек., для другого - 5-8 сек., для третьего - 10-15 сек.). Простое произнесение звуков результатов не дадут. Тибетские монахи учатся звукотерапии несколько лет. Неправильное произнесение звуков в лучшем случае не принесут никаких результатов, в худшем - могут усилить болезнь (вплоть до разрушения органа). Так что заниматься звукотерапией нужно очень осторожно.

С. Лавров



КОНКУРС ДЛЯ ПОДПИСЧИКОВ

УСЛОВИЯ

участвуют читатели газеты, подписавшиеся не менее чем на 6 месяцев.

1. Необходимо собрать отрывные талоны газет с №13 по №18 за 2003 год (итого 6 штук.).

2. Заполнить произвольно клеточки ☐ ☐

3. В №18 будет опубликован особый купон, в который необходимо в произвольном порядке наклеить все отрывные талоны и выслать в редакцию по адресу: 83087, г. Донецк, а/я 2314, (в России - 111141, г. Москва, а/я 473, Краснобельмова Н.Б.) вместе с копией квитанции о подписке.

Имена — как назвать ребенка

Старая традиция - называть ребенка в честь святого, которого чествуют в этот день, - очень неплохая.

Этот святой будет покровительствовать вашему ребенку, защищать его.

Святых чествуют не каждый день, поэтому некоторые числа могут быть пропущены.

Женских имен значительно меньше, чем мужских, поэтому святой с женским именем может не оказаться близко ко дню рождения девочки.

АВГУСТ

13 - Вениамин, Сергей, Юрий, Иван

14 - Александр

15 - Степан, Василий

16 - Антон

17 - Денис, Иван, Константин, Антон, Евдокия

18 - Нонна

20 - Марина

21 - Григорий, Герман

22 - Антон, Иван, Алексей, Мария, Петр,

Дмитрий

23 - Роман

24 - Федор, Максим,

Василий, Клавдия,

Александр

25 - Александр

26 - Максим, Тихон,

Ипполит

27 - Аркадий

28 - София

30 - Павел, Филипп

31 - Денис, Иван, Георгий

Подписка:

1 месяц	1,84 грн.
3 месяца	5,52 грн.
6 месяцев	11,04 грн.
12 месяцев	22,08 грн.

4. Победители будут награждены призами: «ЛЮСТРАМИ ЧИЖЕВСКОГО».

5. Призовой купон третьего этапа конкурса (участвуют номера с 13-го по 18-й) будет опубликован в №20 за 2003 г.

Для подписчиков, не получивших призы, розыгрыш продолжится, но участвовать уже будут талоны газеты с №19 по №24 за 2003 г. Читатели, имеющие годовую подписку, будут участвовать в розыгрыше до конца года (т.е. 4 раза), полугодовую - в том полугодии, на которое оформлена подписка, т.е. 2 раза. Удачи вам.

Редакция

ОТРЫВНОЙ ТАЛОН

№ 15

Вырежь и отнеси на почту

Державний комітет зв'язку України

АБОНЕМЕНТ

На газету

41332

«Самоисцеление и долголетие»

(найменування видання)

Кількість комплектів

на рік по місяцях

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

Куди

(поштовий індекс)

(адреса)

Кому

(прізвище, ініціали)

ДОСТАВОЧНА КАРТКА

ПВ місце літер

На газету

41332

«Самоисцеление и долголетие»

(найменування видання)

Вартість	передплати	грн.	коп.	Кількість комплектів
	пересадрування	грн.	коп.	

на рік по місяцях

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

поштовий індекс

місто

село

код вулиці

область

район

вулиця

буд.

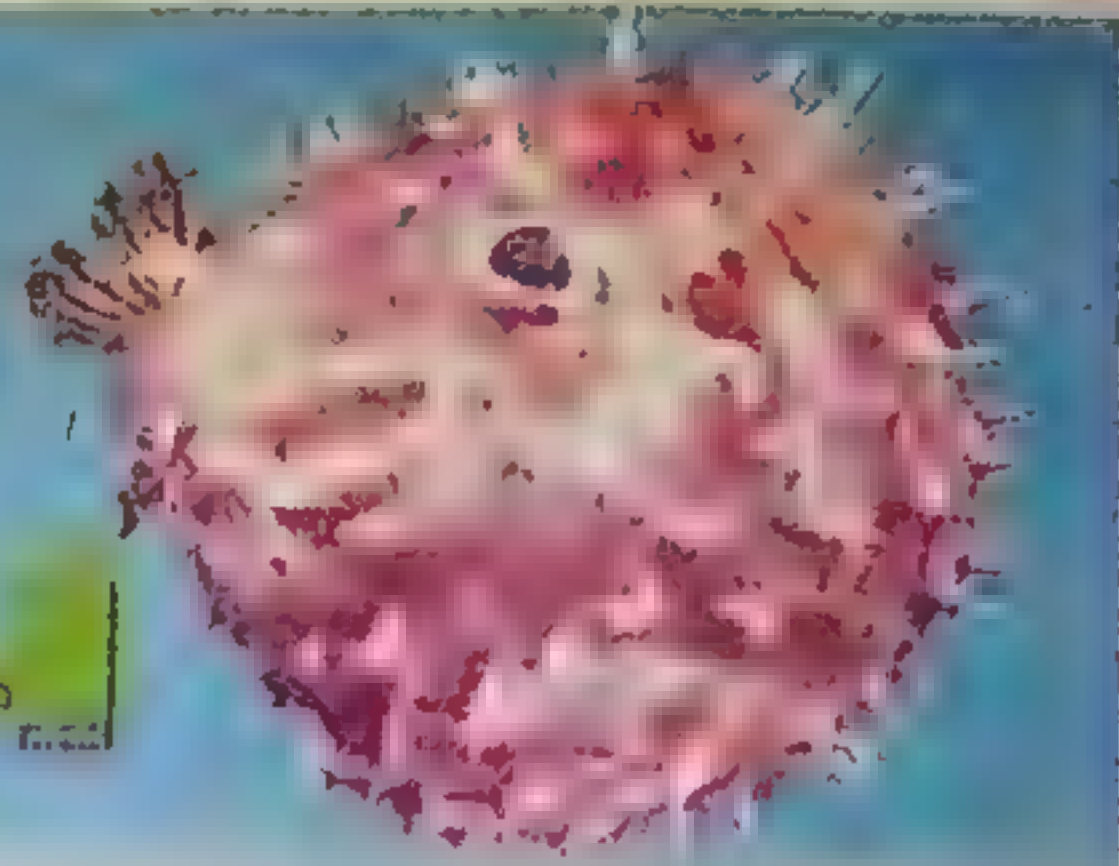
корп.

кв.

прізвище, ініціали

ХОТИТЕ ВЕРЬТЕ — ХОТИТЕ НЕТ

РУССКАЯ РУЛЕТКА ПО-ЯПОНСКИ



Во всем мире сейчас набирает популярность японская кухня. Считается модным и престижным причислить себя к поклонникам темпуры, суеи, якитори, сасими — все это понемногу становится привычным и доступным.

Японские кулинары, несмотря на однообразие используемых в ней исходных продуктов, в основном это рис, рыба, морепродукты и овощи, способны творить чудеса, готовя удивительные по своей красоте и полезности блюда.

Остается одно но...

В японском языке с древних времен существует поговорка, авторство которой оспаривают между собой многие древние мыслители и кулинары: «Блюдо, приготовленное из свежевыловленной рыбы, — это лекарство, блюдо, приготовленное из рыбы, выловленной шесть часов назад, — это пища, блюдо, приготовленное из рыбы, выловленной сутки назад, — это яд».

Несмотря на растущую популярность японской кухни в мире, одно из традиционных блюд, как уверяют сами японцы, никогда не выйдет за пределы Японии.

Сасими из фугу, суп из фугу можно попробовать только в Японии.

Фугу — это рыба-иглобрюх, надувающийся, как шар, при малейшей опасности и не подпускающий к себе никого из хищников. Помимо этой способности защищаться природа наделила эту симпатичную на вид рыбку еще одним страшным оружием.

Фугу буквально пропитана нервнотетродотоксическим ядом тетродотоксина,

который, если разлить, невидна, самой опасной кобры. Смертельную дозу можно получить, даже коснувшись голой рукой некоторых частей рыбы. Ну, а уж если вы отведали неправильно приготовленное из нее блюдо, помощь вам уже не понадобится.

Съедобной частью фугу остается лишь тонкий подкожный слой мяса, который и используется для приготовления сасими и супа.

Блюда из фугу такие же древние, как и сама японская нация. При археологических раскопках рядом с остатками древних жилищ нередко находят кости фугу.

Изысканный вкус фугу и ее опасность многократно приводили к печальному исходу в древности, когда повара ошибались в выборе рыбы.

Все это привело к жестким ограничениям в приготовлении блюд из фугу.

Сначала повару необходимо в течение двух с лишним лет учиться определять степень ядовитости рыбы по ее цвету. Затем овладеть искусством приготовления сасими.

За двадцать минут испытуемый из свежевыловленной фугу приготавливает сасими. В древности чай: чтобы подтвердить приготовления блюда, должен был его попробовать, в, получая лица.

Смерть при приеме фугу была иной раз к таким колоссальным потерям, что вызывала в Японии запрет на повсеместное употребление пищи, как это было сделано, например, в XVI веке японским правителем Тоетоми Хидзеси, озабоченным многочисленными смертями от фугу, которые превращали потери от междоусобных войн.

Однако в начале XX века этот запрет был отменен первым японским премьер-министром Ито Хироbumи, отдавшим сасими из фугу в Симон, славящимся своими фугу настолько, что изображение этой рыбы вклю-

чено в официальный герб города.

Вкус фугу напоминает нежно тающее во рту желе с тонким привкусом моря, а выложенные на блюде в виде хризантемы прозрачные ломтики доставляют гурманам еще и изысканное эстетическое наслаждение.

Однако не каждый японец может позволить себе удовольствие вкушать фугу регулярно.

Даже по японским меркам пригласить знакомого отведать фугу — широкий жест. Сасими на четверых обойдется в тысячу и более долларов.

Есть еще одна причина, прямо-таки мистической, тяги японцев к фугу, о которой не принято говорить вслух.

Для истинных гурманов и поклонников этой рыбы самой вкусной ее частью является печень, где в основном и находится яд. Тем не менее некоторые повара в ресторанах для избранных ухитряются каким-то способом, который хранится в глубокой тайне и известен только узкому кругу посвященных, вымывать большую часть яда.

Блюда, приготовленные в таких ресторанах, действуют как наркотик — сначала легкое покалывание в языке, затем онемение губ и наступает нирвана. Отступают все боли, человек начинает «витать в облаках», утрачивая связь с реальностью.

Однако малейшая ошибка — и наступает страшная катастрофа за полученное удовольствие.

В 1958 году один японцев потрясла смерть актера театра Какудзиро Бандо. Удостоившись при жизни самого высокого японского титула «Живое национальное сокровище», актер умер, отравившись фугу.

Несмотря на ужесточившиеся после этого печального случая правила приготовления блюд из фугу, в Японии ежегодно регистрируются до 50 отравлений этой рыбой. Все они заканчиваются летальным исходом.

В Украине: рег. уд. КВ 2847 от 3.10.97

Учредитель и главный редактор С. Я. КОСТАНДА

В России: рег. № 018633 от 25.03.99

Учредитель А. Н. Мозжухина

Издатель и редактор Н. Б. Краснобильмова

111141 г. Москва, а/я 473

E-mail: kostand@nash.ru, sk-stand@yandex.com

<http://www.kostand.ru/>

Главный редактор С. Я. КОСТАНДА

Опечатано в типографии МИХАЙЛОВА г. Смоленск

Тираж 10 200 экз. Общий тираж 17 000 экз.

Заказ 4860

Мнение авторов может не совпадать с мнением редакции. Перепечатка статей — с разрешения редакции. Рукописи не возвращаются. Просьба не использовать газету в хозяйственных целях. Если вы уже прочли газету — подарите ее друзьям или соседям.

918

сентябрь 2003 г.

Медицина. Альтернативный подход

САМОИЩЕЛЕНИЕ ДОЛГОЛЕТИЕ

Основана в 1994 году, выходит 2 раза в месяц

Подписной индекс:

для Украины 41332
для России 99243,
15602

Воздействие цветов на состояние души

По ребенку загляни

от питания матери

Китайцы создали гибрид

Гинекология — в вопросах

и ответах

Время собирать
лечебную ботву овощей

В Индии человека
скрестили с мухой

Лечение хлебом и салом



Человек — олицетворенный долг

№ 18 (СЕНТЯБРЬ)
2003 ГОД
В НОМЕРЕ:

Слово к читателям	2
Привези мне цветочек аленький	3
В лабораториях мира	4
Чудо-травки	6
Секс и здоровье	8
Оба-на!	9
Хлеб всему голова	10
Глубоко почитаемый продукт	11
8 способов продлить свою жизнь	12
Тайны человека	13
Спиши рецепт Внемли совету	14
Пятая точка	16
При царе Горохе	18
Аист на крыше	20
Со всего света	22
Подлинная история князя Дракулы	24
Вопрос - ответы специалистов	26
Гороскоп на 1-ю половину октября	28
Газета - читатель	30
Полезная страничка	31
Шаровые молнии исследуют людей	32

Взяв за правило: ни строки к какой-либо знаменательной дате, журналист поступает достаточно взвешенно. При нынешней расхлябанности сложно что-либо прогнозировать хотя бы на неделю вперед. А то, что для кого-то праздник, другому долги, безысходность и упреки любимого дитяти.

Прошло время, и, мне думается, к этой теме стоит-таки вернуться. Тем более что и письма наших читателей подталкивают к этому.

О чем все-таки речь? О том, что волнует каждую семью. Наши дети, внуки, родственники которые пошли на занятия «Получать образование» **Странная фраза, не правда ли?** Из года в год кочующая по первым полосам газет, не сходящая с уст высокопоставленных чиновников, дикторов TV и радио.

Как будто образование кто-то когда-то и где-то «подавал». И раньше такого не было, а сейчас и подавно.

Общество резко поделилось. Кто-то обретает превосходное элитное образование, кто-то устойчивое, кто-то вовсе никудышнее. Так же обстоит дело со школами, с преподавателями, вузами. О плодящихся на голом месте «академиях», «факультетах» и «профессорах» не стоит и упоминать. Эта тема скорее для диссертации классного юриста, специализирующегося на крупномасштабном мошенничестве.

Что же делать? — вопрошают в письмах родители, отчетливо видя, что их сын, дочь заведомо, на самом старте оказываются в аутсайдерах. **Что делать?** — ломают голову молодые люди, понимая, что за 4-й курс им заплатить не достанет денег.

В одном из писем автор упоминает о запретах. Более чем здравое замечание. Жизнь человеческого общества базируется, по сути, на системе запретов, уничтожение которой означает, ни больше ни меньше, возврат к первобытному животному существованию. Еще живы старики, которые могут напомнить, что хапающий лучший кусок с общего стола вполне мог получить ложкой по лбу.

Временно торжествует так называемый прагматизм, когда разница между понятиями «добро» и «зло», «совесть» и «безнравственность» стирается формулой: я хочу. И порой просто лень или некому дать ложкой по лбу.

Удобное, комфортное, сытое су-

ществование собственной плоти — вот мечта, овладевшая умами. Кстати, большая часть стремящихся «получить» образование и родители, гласящие «купить» образование своим чадам, ставят в конечном итоге перед собой такую же цель. Так к чему сетовать на неравные стартовые возможности? Так было так будет.

День знаний — добрый праздник. Праздник принято сопровождать речами. Мне же хочется напомнить коан из 14-й главы катехизиса «Муммонкан».

Однажды, когда все монахи обители косили траву, в мирном храмовом саду невесть откуда появился котенок. Удивленные монахи, бросив работу, долго гонялись за прелестным зверьком и в конце концов поймали его. Разгорелся спор между послушниками Восточной и Западной келии — и те и другие хотели взять котенка себе. Увидев это, святой Нансэн схватил зверька и, приставив ему к горлу серп, сказал: «Если кто-нибудь сумеет разъяснить этот жест, котенок останется жить. Не сумеете — умрет». Монахи безмолвствовали (как народ в «Борисе Годунове»), и тогда Нансэн отсек котенку голову и отшвырнул труп.

Вечером вернулся старший ученик, старец рассказал ему, как было дело, и спросил его мнение. Тот тут же скинул одну сандалию, возложил ее на голову и вышел вон.

Мудрец горестно воскликнул: «Ах, почему тебя не было днем! Котенок остался бы жив».

Есть множество толкований, почему ученик возложил на голову грязную обувь.

Безграничной самоотреченностью акта указал истинный путь Будисатвы.

Красота страшная сила, часть разрушающая и завораживающая и порой необходимо пресечь ее влияние.

Учитель, ты меня раздавил, но я верю, что ты прав.

Но в нынешней ситуации, среди наших родимых осин, толкование звучит однозначно — каждый обязан до конца тянуть свою ношу, работая над собой, какие бы соблазны ни возникали перед глазами, ограждать себя внутренними запретами, чтобы в любой ситуации оставаться человеком. Тогда ты получишь истинные знания.

И прежде всего ты не должен вызывать жалости, хотя бы из жалости к окружающим. Ведь им тоже не сладко.

А. Варава



ПР

Все, плодотворно, от неба, кий фиде, да, уме, природ, ты, др, на лю, ность, ветств

Возд, стояни, ется, Павлове, нал в с, хаеется, общат, только, чая на, ляют с, лицезр, призна, неотъе, нем ис, ются, бенно, ток. Н, этом, мы! В, огород, без зна, (подсол, Из и, случаев, на изве, причин, шел св

Д, Язык, ние. Не, проверя, дав ему, лались, рукой б, он завя, бально, ные ста, — на не, ли быс, этом де, С помо, лечить,

Сол

Уник, солнеч, пешно, нашим, ствуют, сделал



ПРИВЕЗИ МНЕ ЦВЕТУШЕК АЛЕНЬКИЙ...

Все, что растет, цветет и плодоносит, должно избавлять от недугов. Так писал украинский философ Григорий Сковорода, умевший жить в гармонии с природой. Так же считали кельты, друиды. Ими была выявлена любопытная закономерность влияния цветов в соответствии со знаками зодиака.

Воздействие цветов на состояние души до сих пор остается необъяснимым. Антон Павлович Чехов часто упоминал в своих письмах, что задыхается, если ему не удалось пообщаться с цветами. И не только Чехов! Странная могучая нация — японцы не представляют своего существования без лицезрения цветов. Кстати, признаком мужественности, неотъемлемой частью в древнем искусстве икебаны являются трепетные ирисы, особенно любимой самураями цветок. Не менее щепетильны в этом вопросе и англичане. А мы! Вы можете представить огород любого украинского села без знаменитого сонячника (подсолнуха)?!

Из истории известно много случаев особого влияния цветов на известных людей. Возможно, причина в том, что каждый нашел свой единственный цветок.

Трепетный детектор лжи

Язык цветов хорошо знали древние. Не имея детекторов лжи, они проверяли каждого подозреваемого, дав ему в руки цветок. Выводы делались в зависимости от того, какой рукой был взят цветок и как скоро он завял. По состоянию цветов в бальном веночке девушки дотошные старушки судили о ее здоровье — на нездоровом теле цветы увядали быстрее. Впрочем, не только в этом дело, но это разговор особый. С помощью цветов умели не только лечить, но и ставить диагноз.

Солнечный цветок

Уникально влияние на организм солнечного цветка — зверобоя, успешно сражающегося со многими нашими недугами. Легенды, повествующие об отворотной силе, сделали его домашним талисма-

ном. В Украине до сих пор считается, что пучок засушенного зверобоя, подвешенный над дверью, хранит не только здоровье домочадцев, но и стабилизирует микроклимат семьи.

Совершенные лекарства

Народные целители советовали своим пациентам любоваться красотой прелестных колокольчиков, вдыхать их неповторимый тонкий аромат, возвращающий бодрость и хорошее расположение духа, выводящий из депрессии.

Порошок из сушеных цветов ландыша использовали в старину от насморка и головной боли, а добавленный к такому порошку истолченный каштан представлял собой смесь выполняющего роль знаменитого нюхательного табака. К слову, именно этот состав хранился в табакерке Екатерины Великой. Знахари, волхвы широко использовали ландыш, собранный рано утром, еще с росинками. Считалось, что капли и настой из цветов снимают тревогу и волнения, депрессию в ответственный период перестройки организма — в период климакса. Одна из легенд о ландыше повествует о том, как весенний цветок оплакивал уход своего времени года, уносящего его красоту. Выступившая кровь обогрела зеленые слезы, застывшие трепетными ягодами.

Гиппократ верил, что портулак очищает организм, поэтому особенно рекомендовал его пожилым людям и перенесшим тяжелые заболевания. В русской армии и в монастырях XVIII — XIX веков это был каждодневный продукт — его

выращивали в теплицах. Его использовали как салат, добавляли в компот и в начинку для пирогов из-за уникального свойства — снятия полового возбуждения. Народные целители использовали наземную часть растения против воспалительных процессов внутренних органов, а семена — как кровоочистительное и мочегонное средство. Листья и стебли хороши при диабете.

«Яблоком Земли» назвал Плиний Старший ромашку и советовал отвар из цветов от желтухи, а против экземы — ромашку, отваренную в оливковом масле. Гален считал, что ромашка нежна, как роза, и тепла, как оливковое масло. Знахари этим цветком лечили сердце и рекомендовали теплый отвар на разведенном водой молоке с добавлением липового цвета и бузины от грудной жабы. Издавна ромашка считалась «маточной травой» — средством, помогающим при родах, а также «девичником» — при болезненных менструациях у молодых девушек. Индийский целитель Ион Батгар видел в этом цветке спасение для мужчин. Он рекомендовал соком ромашки смазывать яички и член, дабы увеличить половую силу. А если еще добавить к этому соку в одинаковой пропорции сок тысячелистника (но использовать не более половины чайной ложки два раза в день), то импотенцию как рукой снимет.

Символическая красота

От красоты цветов, аромата, совершенства их форм мы получаем положительный заряд энергии. Такое ощущение получит каждый, кто вознамерится остаться наедине с природой в поле, где растет подсолнух или колосится рожь с вечными ее спутниками васильками и вкраплениями ярко-красных маков. Эти цветы на языке символов означают деликатность и утешение. Хотя любой василек имеет еще и глубокий философский подтекст: связь с рекой забвения Летою. Есть и цветы Харона — но об этом не будем.

Не рвите напрасно полевые цветы, их скромное очарование не для недолгого украшения, а для исцеления недужных.



А.Патрик

Пол и питание

Сотрудники Университетского колледжа в Лондоне обнаружили, что женщины, которые недоедали во время беременности, реже рожали мальчиков, чем те, у которых был полноценный рацион. Они считают это естественным защитным механизмом организма, который срабатывает в ситуации недостатка питания. Работа впервые поднимает вопрос о связи качества питания матери и пола ребенка у людей так как подобная связь нередко встречается в животном мире. Авторы работы признают, что пока не до конца понятно, как работает репродуктивная система. «Мы не знаем, как именно происходит выбор пола, возможно, это бывает на стадии имплантации, вскоре после зачатия когда зародыш внедряется в слизистую оболочку матки», - говорит доктор Русс Меис.

Сама теория звучит так. Женщине требуется больше энергии на то, чтобы выносить мальчика. Кроме того, мальчики чаще девочек погибают в утробе матери и у женщин бывает много осложнений, когда они их рожают. Так что существуют, по крайней мере, две причины, по которым, с эволюционной точ-

ки зрения, недоедающим женщинам выгоднее вынашивать эмбрионы девочек. Основываясь на теории эволюции, ученые давно предполагали, что питание матери должно каким-то образом влиять на пол ребенка, но до недавнего времени это не удавалось подтвердить. Больше мальчиков умирают в младенчестве, если плод питается чахлыми мужчинами менее привлекательны в качестве потенциальных мужей. Вероятно, механизм выбора пола в зависимости от питания начинает действовать только в периоды голода.

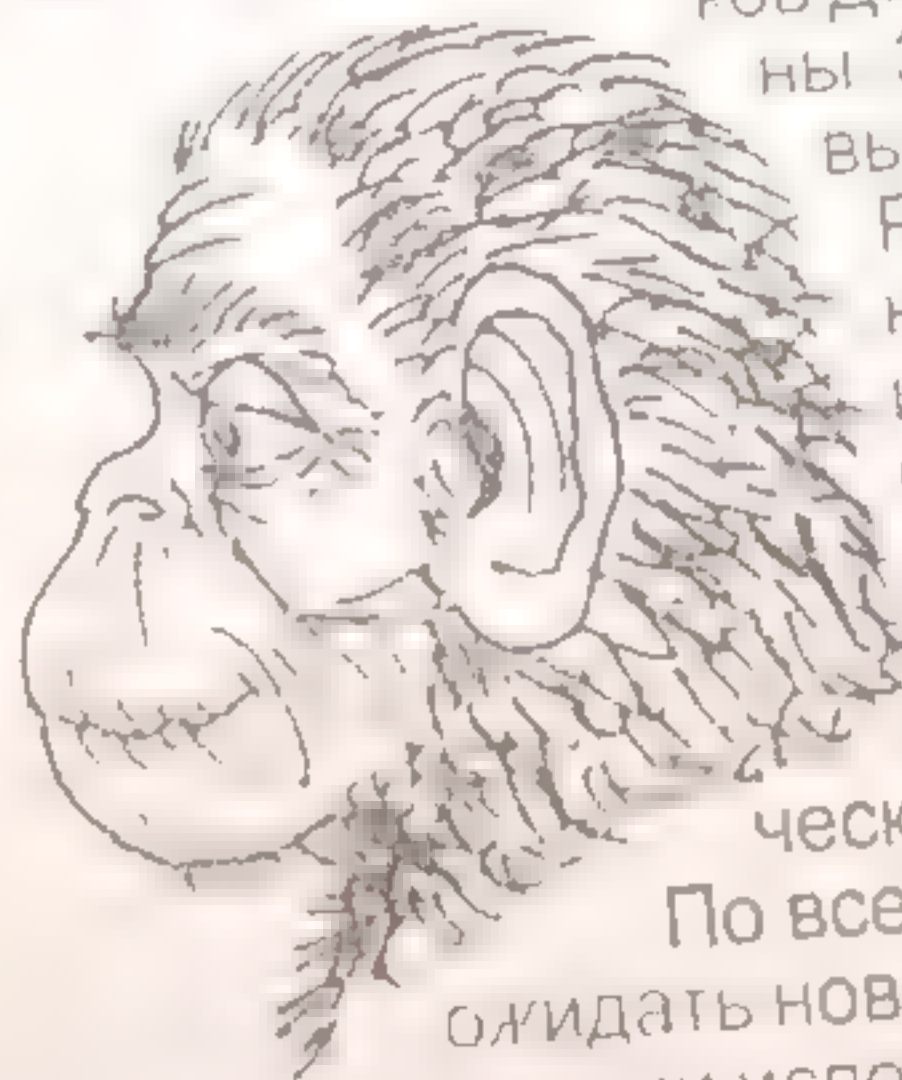
Возможно, после зачатия организм женщины готовится к плохому питанию, каким-то образом отдавая предпочтение плоду женского пола.



Люди – вид шимпанзе

Морис Гудмэн из Университета в Детройте утверждает, что 99,4% наиболее критических для развития участков ДНК полностью совпадают в генах человека и шимпанзе. В связи с этим снова возникает вопрос о том, что мы принадлежим к одному роду.

Традиционно шимпанзе, гориллы и орангутангов относят к семейству человекообразных обезьян, стоящему отдельно от семейства гоминидов, к которому принадлежит человек. Считается, что развитие их пошло по разным веткам примерно 6-10 миллионов лет назад, а это слишком много, чтобы они могли принадлежать к одному и тому же роду, говорит антрополог из Калифорнийского университета Сэнди Каркоурт. Гудмэн же уверен, что разделение это произошло 5-6 миллионов лет назад и потому разница в генотипе человека и шимпанзе вовсе не так велика.



Подобные утверждения появляются не впервые. В 1991 году физиолог и эколог Джерард Даймонд уже предлагал считать людей третьим видом шимпанзе. Но генетическое сравнение, проведенное тогда же, выявило значительные различия, которые проистекали в зависимости от того, как был проведен анализ. Гудмэн изучил опубликованные последовательности 97 генов представителей обоих семейств, в том числе людей, шимпанзе, горилл, орангутангов и обезьян. По его данным, 99,4% наиболее важных участков ДНК оказались у них идентичными.

Этот результат значительно выше полученного в 2002 году Роем Бриттенсом из Калифорнийского технологического института - 95%. Гудмэн уверен, что эти данные друг другу не противоречат, так как Бриттен учел различия, которые не являются критическими для развития.

По всей видимости, теперь следует ожидать нового всплеска дискуссий о том, можно ли использовать шимпанзе в лабораторных экспериментах, и о том, как их защитить.

Космическая брызгалка

Один из самых загадочных объектов, видимых в ночном небе, - планетарная туманность в созвездии Стрельца, которая выбрасывает струи газа удивительной формы - в виде буквы S. Природу таких струй - протяженных выбросов стремительного газа - ученые до сих пор объяснить не могут. Увидеть их можно вокруг многих объектов во Вселенной: рядом с молодыми звездами, вблизи черных дыр, нейтронных звезд и планетарных туманностей.

Международная команда астрономов с помощью космического телескопа Хаббла получила изображения необычной молодой планетарной туманности Henize 3-1475. Она расположена в созвездии Стрельца в 18 тысячах световых лет от Земли.

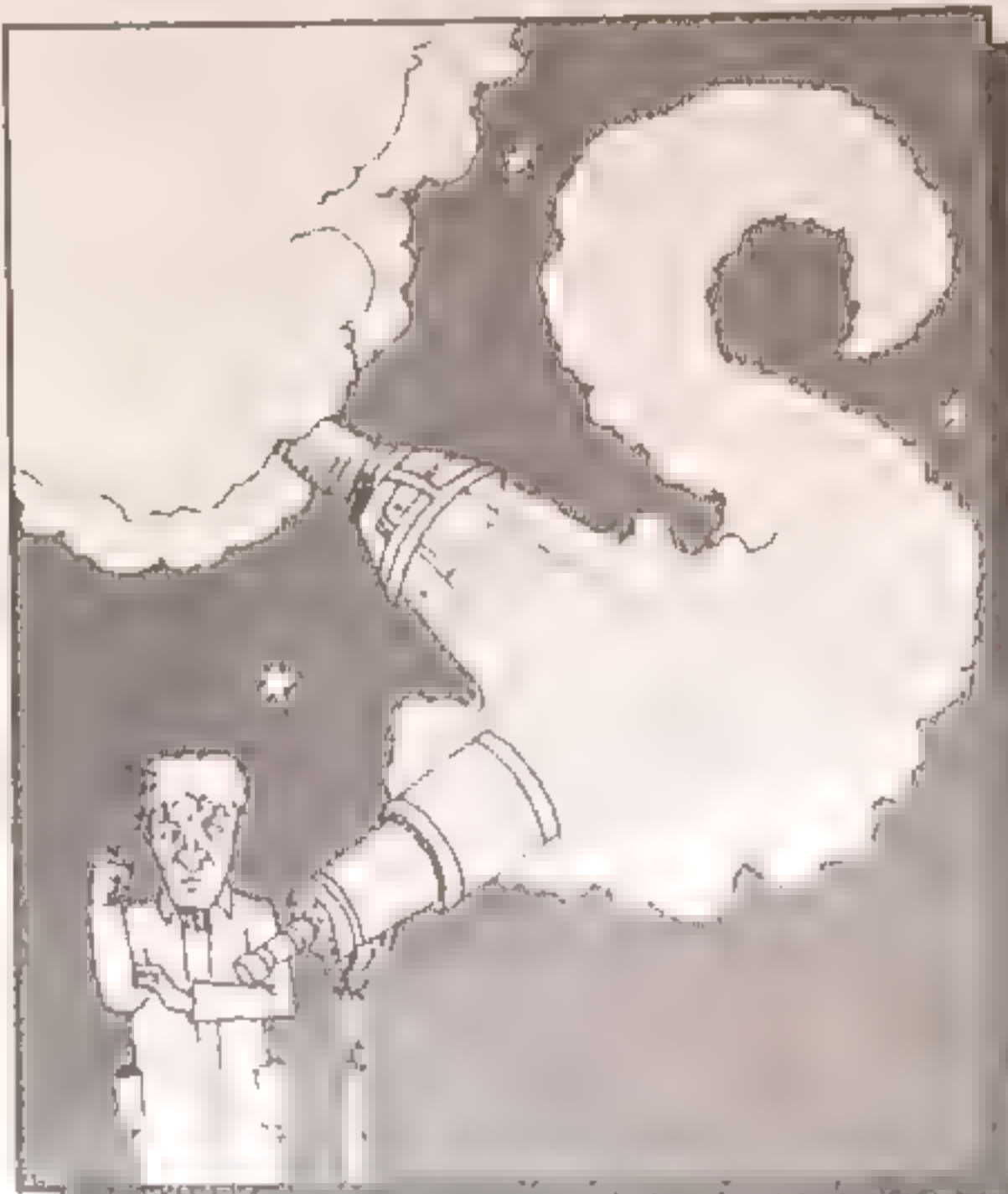
Центральная звезда светит ярче нашего светила в 12 тысяч раз и «весит» в 3 - 5 раз больше.

Из туманности вылетают струи газа со скоростью около четырех миллионов километров в час,

самые быстрые из известных исследователям. Но необычна и их форма. По-видимому, причина и того, и другого - центральный источник, извергающий

потоки газа в противоположных направлениях и прецессирующий раз в полторы тысячи лет. Туманность напоминает огромный садовый разбрызгиватель, но струи газа вылетают из такой «брызгалки» не постоянно, а с интервалом в сто лет. Причина этих пульсаций пока не понятна. По мнению испанского ученого из Политехнического института в Барселоне Энджела Риэры, периодичность газовых выбросов связана либо с цикличностью магнитных процессов в центральном источнике, либо с влиянием соседней звезды.

Чтобы «разбрызгивать» столь мощные струи, необходимо устройство, напоминающее сопло. Пока такие «теоретические» сопла прячутся от «всевидящего» телескопа Хаббла за слоями космической пыли.



Плазменный шок

Немецкие ученые разрабатывают электрошоковое оружие, которое, в отличие от существующих моделей, будет беспроводным. Фотографии с тестов прототипа были представлены на Европейском симпозиуме по нелетальным видам вооружений, который проходил в Карлсруэ, Германия.

На первом снимке была изображена струя темного газа, выпущенная в направлении манекена. На втором, сделанном мгновение спустя, запечатлен возникающий в струе электрический разряд, который должен обездвигнуть человека.

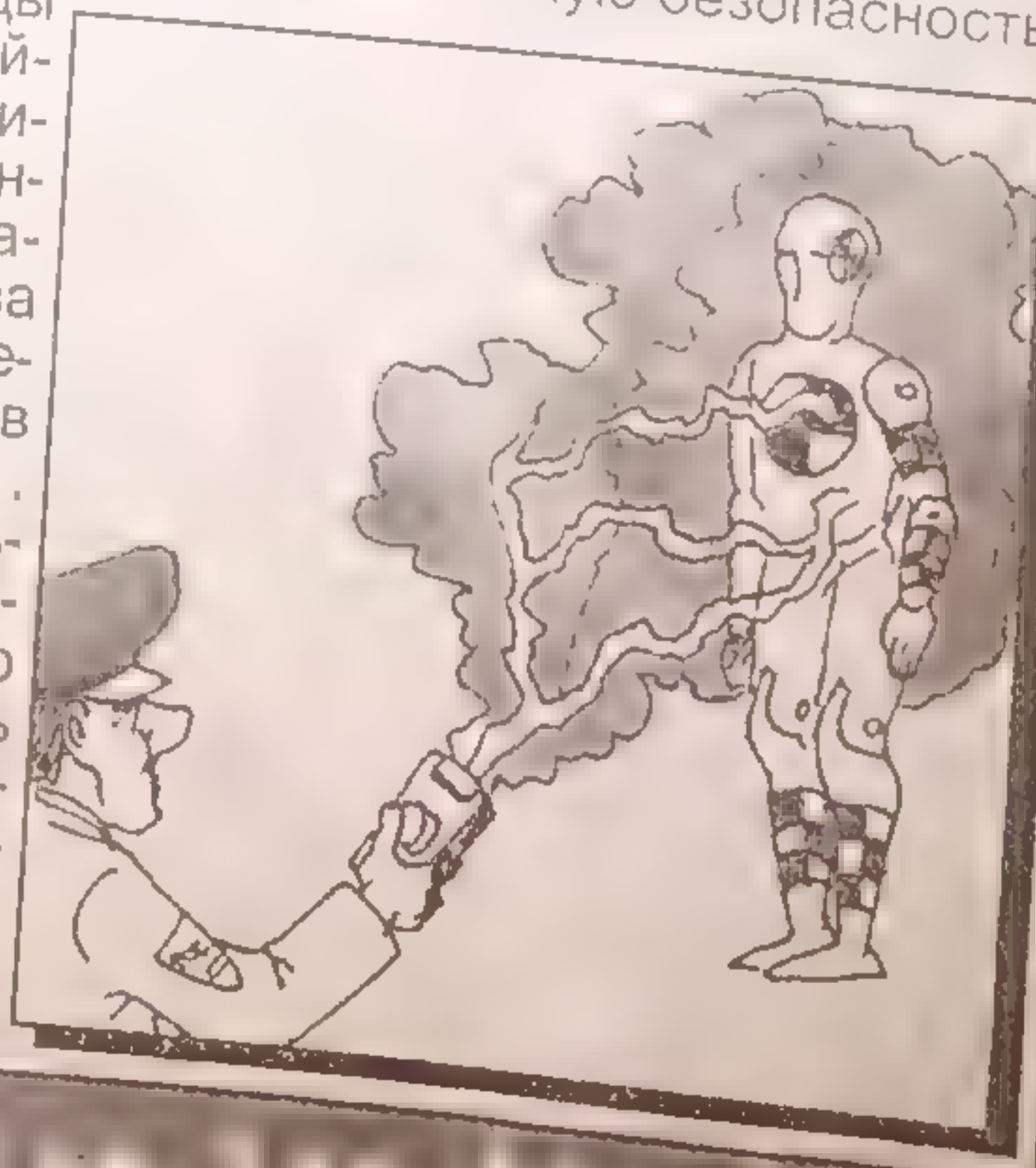
Новое оружие, названное плазма-тазером, по достигаемому эффекту аналогично тазеру - электрошоковому устройству, которое используется полицией США. В обычном тазере в цель на расстояние около 7 метров выстреливаются два дротика. По легким металлическим проводам, идущим к дротикам, проходит ток с напряжением в 50 тысяч вольт, который обездвигивает человека, временно отключая нервную систему.

В плазма-тазере провода заменены струей аэрозоля, который создает канал для разряда. Представители оборонной компании

Рейн-металл, разработчика нового оружия, отказываются раскрывать принцип действия устройства, но заявляют, что газ нетоксичен.

Человек, получивший разряд из плазма-тазера, испытывает боль, у него начнутся судороги, так же как и при ударе устройством с проводами. Основные преимущества - плазма-тазер может многократно стрелять и на большее расстояние.

Однако, несмотря на заявленную безопасность оружия, поводы для беспокойства есть, считает один из инспекторов, наблюдающих за развитием нелетальных видов вооружения. При неправильном использовании можно причинить боль и вызвать паралич у нескольких человек одновременно.



Петрушка

Великий Ибн-Сина (Авиценна) высоко ценил петрушку как лекарственное растение и в своих трудах оставил такую запись: «Петрушка гонит мочу и месячные, она очищает почки, мочевой пузырь и матку». У нас петрушка появилась в XV веке вначале как обрядовое, а затем декоративное и лекарственное растение. Венками из нее юноши и девушки украшали головы на летних праздниках. В древних русских рецептурных прописях петрушка упоминается как ранозаживляющее и мочегонное средство, укрепляющее десны, сохраняющее зрение. Ее рекомендовали при потере аппетита, расстройстве пищеварения, а также при болезнях печени и почек. В XIX веке из семян петрушки был получен препарат, применявшийся при дисминорее, невралгии и малярии.

Петрушка - это настоящий клад, содержащий витамин С. В листьях петрушки этого витамина в 5 раз больше, чем в лимонах и апельсинах. Достаточно небольшого пучка зелени, чтобы обеспечить суточную потребность организма в витамине С и каротине. В ней есть витамины B₁, B₂, K, PP, фолие-

вая кислота и множество минеральных веществ, в том числе: соли железа, калия, магния, кальция, фосфора, а также флавоноиды, белки, пектиновые вещества и фитонциды - целый витаминно-минеральный комплекс. Благодаря эфирному маслу и фитонцидам петрушка оказывает бактерицидное действие.

Блюда, в которые добавляется эта пряная зелень, обладают мочегонным действием, способствующим выведению из организма солей. Зелень уменьшает потливость и рекомендуется при заболеваниях почек и атеросклерозе. При ожирении, заболеваниях печени и почек рекомендуется употреблять в пищу корень петрушки. Кроме того, считается, что свежий сок всего растения нормализует функцию надпочечников и щитовидной железы, способствует укреплению капилляров.

Употребление препаратов петрушки повышает тонус гладкой мускулатуры матки, кишечника, мочевого пузыря.

Свежие листья и их отвар увеличивают желчеотделение, помогают при лечении гипотонических и гипокINETических дискинезий желчного

пузыря. Эфирное масло, получаемое из семян, - прекрасное мочегонное и спазмолитическое средство. Препараты петрушки используют при очень многих заболеваниях, в том числе: при воспалении предстательной железы, метеоризме, неврозах, цистите, мочекаменной болезни, отеках, почечных спазмах (хотя при нефрите они противопоказаны).

Сок из свежих листьев и корней обладает обезболивающим эффектом, поэтому его применяют при местном лечении дерматита, укусах насекомых. А свежие или сушеные листья, если их пожевать, - отличный дезодорант для полости рта.



Укроп

В Древнем Египте это огородное растение выращивали как пряность и для лечебных целей. Его считали в первую очередь средством от головной боли. Многовековой опыт его использования в лечебных целях запечатлен и в травниках, дошедших до наших дней. Знахари рекомендовали укроп как легкое снотворное, для стимуляции отделения молока у кормящих женщин, при судорогах, воспалении мочевого пузыря и заболеваниях печени, при почечнокаменной болезни, стенокардии, как отхаркивающее, мочегонное и ветрогонное средство.



Что же ценного содержится в этой изящной зелени? Ученые установили, что все части растения богаты эфирным маслом и флавоноидами. В листьях обнаружили много каротина, углеводов, пектина и витаминов (С, B₁, B₂, PP, фолиевой кислоты), флавоноидов, минеральных веществ (соли железа, калия, кальция, фосфора), а в семенной розетке - жирное масло и белковые вещества.

Благодаря эфирному маслу и богатому набору витаминов и минеральных веществ употребление укропа усиливает кислотообразующую функцию, моторику желудочно-кишечного тракта, способствует нормализации обмена веществ. Поэтому диетологи рекомендуют зелень укропа при ожирении,

заболеваниях почек, печени, при гастритах и метеоризме. Нет хозяйки, которая бы, готовя соленья, смогла бы обойтись без укропа. А ведь он не только придает специфический вкус и аромат, но и сохраняет засоленные овощи от плесени и порчи.

Признала это растение и официальная медицина. Из его плодов получен сухой экстракт, обладающий спазмолитическим действием. Этот препарат рекомендуется при хронической коронарной недостаточности, стенокардии, неврозах. Настой из листьев хорошо применять при гипертонии, как мочегонное и в качестве примочек на уставшие, воспаленные глаза. Эфирное масло хорошо помогает при кашле, а также при геморрое, оно способствует заживлению ран и снимает зуд при кожных аллергических реакциях.

Кабачок

Кабачки, как и тыкву, относят к легким диетическим продуктам, не раздражающим желудочно-кишечный тракт. Они легко усваиваются организмом и очень полезны при сердечно-сосудистых заболеваниях, болезнях желудка, печени и почек, при сахарном диабете, а также при запорах.

В кабачках много пектинов, способствующих выведению солей натрия. Они содержат меньше сахара, чем тыква, зато богаче минеральными веществами и витамином С. Употребление их предупреждает ожирение и накопление холестерина. Поэтому диетологи включают кабачки в рацион людей, страстно мечтающих похудеть, пожилых людей и беременных женщин.

Кроме того, кабачки прекрасно возбуждают перистальтику кишечника и обладают желчегонным действием, очищают организм от шлаков и остатков антибиотиков (если вам приходилось ими лечиться). Желательно в сырой салат из кабач-



ков добавлять чеснок - это усиливает лечебный эффект. Скромный овощ постарайтесь не пропустить во время созревания, обязательно используйте его для лечения и профилактики многих заболеваний и просто для оздоровления.

Кабачки - прекрасное мочегонное средство, снимающее отеки. В этом случае помогает не только мякоть, но семечки (не жареные, а подсушенные) и цветы.

• Семечки следует употреблять ежедневно по 15-25 шт.

• 7-9 отпавших (не сорванных!) цветков заварить стаканом кипятка.

Пить в течение дня, не связывая с приемом пищи.

Противоаллергическим свойством обладают цветки кабачка.

• 10-12 цветков залить 0,5 л кипятка. Настоять 2-3 ч и пить по трети стакана 5-6 раз в день между приемами пищи.

Ассортимент блюд из кабачков может быть самым разнообразным. Очень полезно к любому летнему салату добавлять натертые на крупной терке кабачки и молодой чеснок. Из кабачков получают любимые многими оладьи, икра, суфле. Совсем не обязательно их фаршировать мясом, гораздо полезнее - овощами, грибами или рисом с зеленью.

«Куриные» котлеты

1 кг кабачков, полбатона, 3 яйца, молоко, головка лука, чеснок, 2 моркови.

Кабачки натереть на терке, отжать сок, добавить размоченный в молоке батон, яйца, лук, чеснок, морковь и зелень.

Если фарш получился жидкий, добавьте 1-2 ст. ложки муки. Сформируйте и поджарьте котлеты.

Зеленый лук

В популярной медицинской литературе, когда речь заходит о зеленом луке, непременно следует предупредить: относиться осторожно, т.к. в его состав входят трудноусвояемая клетчатка и вещества, раздражающие слизистую оболочку желудка, кишечника, а также желчный пузырь и печень.

Но тот же лук обладает прекрасным желчегонным эффектом и предотвращает образование камней. В нем содержатся углеводы, витамины В, С, Е, минеральные и пектиновые вещества, в том числе калий, кальций, железо, эфирное масло и фитонциды, обладающие противомикробным действием. Не напрасно работники теплиц, где выращивается лук, гораздо реже болеют респираторно-вирусными инфекциями. Для истощенного за зиму организма зеленый лук - прекрасная профилактика авитаминоза и простудных заболеваний.

Чтобы обеспечить суточную потребность организма, например, в

аскорбинке, нужно съесть всего лишь 100 г зеленого лука в течение дня.

Острый запах эфирного масла способствует аппетиту, повышает секреторную функцию желудка. Этот первый зеленый овощ с грядки полезен при запорах, сахарном диабете и атеросклерозе. Он доступен для потребления, когда другие овощи, содержащие железо, еще не выросли, а кроветворная система организма, особенно весной, нуждается в поддержке.

Самое ценное в зеленом луке - белая мясистая ножка и перья до 10 см от белой части. Остальная зелень, как считают некоторые диетологи, может вызвать брожение в желудке и даже головную боль. Если такие симптомы появились, злоупотреблять первыми витаминами с грядки не стоит. Сделайте перерыв и в дальнейшем добавляйте в свой рацион по зеленому перышку в день (но не больше 100 г). Можно уменьшить неприятное воздействие на организм, если порезанный лук промыть холодной подсоленной водой и оставить в воде на 20 мин.

При нормальной кислотности желудка в салат, заправленный растительным маслом, можно добавить 1/3 чайной ложки лимонного сока или уксуса - это значительно смягчит воздействие лука на организм.

Весенний салат с зеленым луком можно приготовить из капусты и огурцов, из моркови и капусты или из лука с яйцами. Во всех трех вариантах желательно добавлять зелень укропа или петрушки, а заправка - дело вкуса: сметана, майонез или растительное масло.



Девочки в 12 лет пишутся девственностями... из любопытства

Раннее начало половой жизни, как установили ученые, зависит от многих факторов. Самый главный из них - любопытство. Девушке-подростку в 12-13 лет очень интересно знать, что же это такое - секс.

Обычно интерес к сексу появляется с началом менструации, когда девушка физически созревает и может легко забеременеть. Сексуальные контакты могут быть незапланированными, спонтанными, они, как правило, не связаны с чувственностью, эмоциональной привязанностью.

Более позднее начало половой жизни, лет в 17-18, ученые связывают уже не с любопытством, а с эмоциями, которые испытывает девушка. Влюбленность мо-



жет послужить причиной начала половой жизни, девушка, можно сказать, сознательно идет на дефлорацию. Хотя и здесь возможны варианты. Проблему раннего начала половой жизни ученые видят в том, что в 12-13 лет подростки еще не осознают опасности половых контактов, редко пользуются презервативами и могут легко «подхватить» венерическое заболевание. В этом возрасте срывает инертность мышления, типичная для подростков, просто не задумываются о последствиях.

Очень важно, чтобы в семье родители заранее подготовились к тому, что их дочь или сын, которые еще совсем недавно ходили в детский сад, уже выросли и могут производить на свет себе подобных. Если вовремя заняться половым воспитанием детей, можно избежать многих проблем.

Врачи, отрезавшие пациенту половой член, избежали суда

Американские врачи по ошибке отрезали пациенту половой орган. Житель Техаса лег на операцию - ему должны были вырезать часть мочевого пузыря, пораженного раковой опухолью. Проснувшись, он обнаружил, что доктор отрезал ему еще и пенис. Как оказалось, вследствие трагической ошибки. Конфликт пришлось улаживать внесудебным соглашением, условия которого не раскрываются, так что неизвестно, как дорого обошлась двум хирургам эта ошибка. Известно, впрочем, что по суду пациент Харшел Роллс требовал возместить 5 млн долларов.

Сказано, что во внесудебном соглашении врачи не признали факт совершения каких-либо ошибочных действий в ходе операции. Роллсу в 1999 году, когда он лег на операцию, должны были вырезать мочевой пузырь и, возможно, простату - поражена ли она опухолью, врачи должны были уточнить по ходу операции. Двум врачам, Джону Драйдену и Фариду Коури, показалось, что опухоль распространилась и на пенис пациента, так что заодно отрезали и его.

Последующие тесты показали, что ткани детородного органа Роллса не были поражены раком.

Адвокат, представлявший врачей, пробовал оспорить результаты экспертизы, а также ук-

зывал, что Драйден предупреждал Роллса о возможных последствиях операции и о том, что, возможно, член придется удалить. Сам Роллс говорит, что понятия не имел о том, что может проснуться осклопленным.

Процесс начался на прошлой неделе. Роллс, которому исполнилось 67 лет, утверждал, что его жена не могла оправиться от шока, который они почувствовали после того, как узнали о результатах операции и о том, что ампутации пениса можно было избежать.



Китайцы создали гибрид кролика и человека

Китайским ученым удалось скрестить человека с кроликом. По крайней мере, так утверждает статья в малоизвестном журнале Cell Research, издаваемым Шанхайским институтом клеточной биологии и Академией наук КНР. Правда, жизнь искусственного существа — «химеры» — была прервана на раннем этапе эмбрионального развития. Кто может появиться на свет из такого эмбриона, ученые пока предпочитают не знать. Гибриды были получены из клеток кожи нескольких человек (кожи крайней плоти двух мальчиков и двух мужчин и клеток кожи с лица женщины) и яйцеклеток крольчихи. Последние были предварительно освобождены от ДНК кролика, после чего туда ввели ДНК человека. Таким образом, гибрид получил от кролика лишь небольшое количество митохондриальной ДНК.



Сообщается, что на начальной фазе эксперимента было получено более 400 эмбрионов, однако немногим более ста дошли до стадии бластоцисты, после чего их разрушили, получив при этом стволовые клетки для дальнейших экспериментов. Как отмечается, подобные эксперименты проводились учеными из Масачусетса, США, (тогда были взяты яйцеклетки коровы), но к успеху они не привели.

Это исследование было проведено группой ученых из Второго шанхайского медицинского университета под руководством Ху Чжень Шеня. После публикации в китайском журнале Cell Research рассказ об этом исследовании был приведен и в популярном журнале Nature. Многие западные исследователи заинтересовались работой и надеются на ее продолжение.

В Австралии человека пытаются скрестить со свиньей

Австралийские журналисты рассказали, что в этой стране проводятся незаконные опыты по клонированию человека. По мнению некоторых экспертов, это было даже больше похоже на скрещивание человека и свиньи. Тем не менее министр здравоохранения Майкл Вулдридж заявил, что проводить какое-либо расследование его ведомство не будет. По данным корреспондентов австралийской газеты Daily Telegraph, генетический материал человека был помещен в яйцеклетку свиньи. Получившийся эмбрион развивался нормально, и лишь на 32-м дне беременность была прервана. Хотя министр и не собирается проводить следствие, он заметил, что полиция вправе начать собственное расследование, если сочтет это необходимым.



В последнее время сообщения о попытках клонирования человека появляются регулярно. Уже некоторое время подготовку к этому процессу ведет компания Cloneaid, которая хочет поставить производство двойников на поток и уже набрала более 100 заявок. Высказываются и совсем невероятные идеи, вроде планов по клонированию Иисуса Христа и Ленина.

по клонированию Иисуса Христа и Ленина.

В Индии человека скрестили с мухой

Индийским ученым удалось вывести плодовую мушку с человеческим геном. Теперь они собираются испытывать на ней потенциальные лекарства от рака. Ученые надеются, что «очеловеченная» муха поможет создавать препараты гораздо быстрее. Об этом рассказало агентство Ananova со ссылкой на The Indian Express. Работу по внедрению человеческого гена выполнили Пунам Бхандари и ЛС Шашидхар, генетики из Центра клеточной и молекулярной биологии Хайдарабада. Выведенная ими трансгенная муха избавит ученых от длительных и дорогих тестов для отсеивания потенциальных лекарств.

Эти мушки размножаются настолько быстро, что за четыре недели от них можно получить до трех поколений, что делает их чрезвычайно удобными для экспериментов и экономит деньги и время. Директор хайдарабадского центра Лалджи Синх назвал работу своих подчиненных действительно значительной.



Хлеб всему голова

При запоре

◆ Чайную ложку семян льна залить стаканом кипятка, настаивать 20 минут. Выпивать стакан напару перед сном.

◆ 4 столовые ложки листьев бузины черной залить 1 л кипятка. Варить 10 минут, процедить, добавить 3 столовые ложки меда. Принимать по 1 чайной ложке 5 раз в день между приемами пищи.

◆ 2 столовые ложки корня лопуха залить 1 литром воды и греть на водяной бане 20 минут. Принимать по 1 стакану 3 раза в день через час после еды.

Слабительные сборы

◆ По 3 части плодов тмина и листьев сенны, 4 части листьев мяты. Чайную ложку сбора залить стаканом воды, нагреть на водяной бане. Кипятить 5 минут. Пить 1 раз в день перед сном.

◆ 4 части коры крушины, 2 части бузины черной и по 1 части плодов укропа и аниса. Столовую ложку сбора заварить стаканом кипятка, полчаса настаивать в термосе. Принимать по стакану на ночь.

◆ 2 части плодов жостера смешать с 1 частью корня ревеня и 1 частью травы душицы. 2 столовые ложки сбора залить 0,5 л кипятка, варить 10 минут и настаивать полчаса. Принимать по полстакана 2-3 раза в день через час после еды.



Все как всегда: что вкусно, то не всегда полезно. Трудно пройти мимо пышного, белого, только что испеченного хлеба. Прекрасно, что он сделан из муки высшего сорта, но практически все богатство, которое есть в оболочке зерна, в результате обработки теряется.

Богатство же таково: калий, фосфор, магний, цинк, медь, витамины группы В. Кроме того, в зерновой оболочке много пищевых волокон. Растворимые волокна очень полезны для организма, поэтому продукты, приготовленные из овсяной, ржаной, гречневой и ячменной круп, способствуют снижению сахара в крови за счет растворимых волокон. Нерастворимые волокна особо в кишечнике не перевариваются, а проходят через него транзитом, но и это приносит свою пользу. И если человек, страдающий запорами, будет съедать в день 60 граммов отрубей, в 80% случаев это поможет ему справиться с проблемой. Помимо этого пищевые волокна оздоравливают микрофлору кишечника.

Хлеб из муки высших сортов очень быстро переваривается в кишечнике до глюкозы, она моментально всасывается в кровь, повышая уровень инсулина, а инсулин стимулирует еще больший аппетит.

Любовь именно к свежему хлебу тоже не совсем правильна, поскольку именно свежий хлеб (и ржаной в особенности) обладает сильным сокогонным действием, поэтому более диетическим считается вчерашний хлеб или специально подсушенный.

В 1624 году царь Михаил Федорович издал указ-память приставам, назначенным в Москве для смотрения за печением и продажей хлеба. Указ содержал одну из первых в России рекомендаций по использованию хлеба. Этим указом продавать и есть свежеспеченный хлеб не рекомендовалось.

Сочетание растительных белков с молочными улучшает усвояемость белков хлеба, поэтому полезно есть хлеб с молоком.

Что предпочтительнее: ржаной или пшеничный хлеб?

По химическому составу они не сильно отличаются, но белки ржано-

го хлеба богаче незаменимой аминокислотой - лизином - и поэтому считаются более полноценными. Немного больше в ржаном марганца, цинка, меди. Хлеб из ржаной муки грубого помола чаще используется в диетическом питании при ожирении, при спастических коликах со склонностью к запорам, а также при сахарном диабете. Полезен такой хлеб и как одно из средств от малокровия. А теперь посмотрим, при каких проблемах какой хлеб лучше употреблять.

Дефицит аминокислот. Регулярный прием ржаного хлеба с соевой массой или хлеб молочно-отрубной.

Высокий уровень холестерина. Сорта с соей и гречневым проделом.

Недостаток селена, который приводит к развитию сердечно-сосудистых заболеваний, - в сортах с топинамбуром и отрубями.

Тем, у кого проблемы с сердцем и урологией, рекомендуется бессолевой хлеб. Для сердечников полезен также пшеничный хлеб из муки 1-го и 2-го сортов, отрубной и докторский.

Страдающим диабетом и анемией полезны сорта хлеба с гречкой.

При холецистите и заболеваниях, сопровождающихся нарушением функции печени и желчных путей, полезен пшеничный хлеб из муки 2-го сорта, ржаной и из обойной муки, докторский хлеб (вчерашний или подсушенный).

Хлебцы с отрубями, йодом, лактозой полезны при болезнях сердца и кровеносных сосудов, толстого кишечника и периодически - каждому пожилому человеку. При неформленном стуле откажитесь от мягкого белого хлеба, черного хлеба, сдобы. Вообще, если у вас существуют проблемы с желудком, от ржаного хлеба на какое-то время лучше отказаться. Маленьких детей тоже не надо излишне нагружать ржаным хлебом, потому что в нем есть фитиновая кислота, которая образует в кишечнике с кальцием трудноусвояемый комплекс.

Если боитесь набрать лишний вес, предпочтительнее выбирать хлеб из муки грубого помола или цельнозерновой. Количество его лучше ограничить до 100-300 граммов в день.

Глубоко почитаемый продукт

Оказывается, непростая штука - правильно приготовить сало. Наши предки знали в этом толк и свой опыт передавали из поколения в поколение.

Самым вкусным и мягким считалось сало свиньи, откормленной хлебом, молоком или отходами сахарного производства. Кололи чаще всего перед большим праздником - Новым годом, Рождеством или Пасхой. И не дай бог, в праздник, хоть и небольшого значения! Бытовало мнение, что за несоблюдение этого правила хозяева расплачивались нетоварным видом сала (розовое, с кровоподтеками).

Заколотую, непременно под правую лопатку специальным ножом-косторезом, тушу смолили пучками горячей соломы, периодически поливая водой, чтобы не потрескалась шкура. Затем отпаривали, очищали до белизны.

Сало снимали полосами вдоль всей туши, резали на квадраты, обтирали солью, затем густо ею засыпали. Во внутреннее сало (здор) складывали просоленные куски. Туго закручивали, зашивали и перекручивали накрест соломой. В таком виде сало долго хранилось на сквозняке в сарае. Выдержанное месяц, оно считалось самым вкусным и готовым к употреблению.

Чем накормишь...

От системы кормления животного, как оказалось, зависит назначение дальнейшего продукта. Скажем, чтобы сало равномерно чере-



довалось тонкими слоями мяса, поросенка кормят через день. Правда, целью «вырастить бекон» задаются крайне редко.

Наличие холодильника в каждом доме, в том числе и сельском, упростило процедуру заготовки. На рынках можно купить слегка присоленное или свежее сало и приготовить по своему вкусу. Например, нашпиговать чесноком, поперчить, посолить, перекрутить на мясорубке с чесноком или луком, зеленью и морковкой. Такая смесь - не для долгого хранения. Зато она не только вкусна, питательна, но и полезна. Комплекс витаминов и минералов в сочетании с жиром полноценно усваивается организмом (в частности, витамин А).

Попавшее на прилавок рынка сало, как и мясо, предварительно проходит ветеринарный контроль. Не допускается в продажу продукт со специфическим запахом (кнур), хотя это и не опасно для здоровья. Туши с признаками болезни отправляют не на свалку (чтобы не подобрали бомжи и не

разнесли инфекцию) - их сжигают в специальных топках, предотвращая таким образом распространение инфекции. При эпидемиях на автотрассах, на железных дорогах устраиваются досмотры, чтобы зараженный продукт не попал в продажу на стихийном рынке где-то на улице или в подворотне. Там уж никто не даст гарантии, что вместе с продуктом вы не купите болезнь. Термообработка не всегда избавляет от инфекции. Не вымораживает ее и морозилка.

Копченые продукты проходят двойной контроль - до поступления в копильный цех и в лаборатории рынка.

Вред или польза?

Глубоко почитаемый в Украине продукт, безусловно, полезен. Дошедшие до нас с древности рецепты знахарей актуальны и поныне. Например, при зубной боли между щекой и десной кладут кусочек спасительного сала, при головной боли едят сало с хлебом и зеленым луком. При затянувшемся кашле применяют смесь из топленого сала, красного вина, меда и сока алоэ.

Кстати, пользу свиного сала не отрицает традиционная медицина, указывая на его желчегонное воздействие. Возможно, не только на организм?.. Не эта ли традиционная пища помогла сформировать уникальный по своей доброте и отзывчивости украинский характер?



Болит живот?

◆ Боль возникла сразу после обильной еды, особенно жирной, мучной или острой пищи? Скорее всего - это несварение.

◆ Если боль возникла через 2-3 часа после еды, при этом ощущаются распирание в животе, неприятный вкус во рту, сопровождающиеся обильным

слюнотечением и отрыжкой, то возможен гастрит.

◆ Если после еды возникают боль в подложечной области, изжога, рвота - симптомы очень похожи на язву желудка. Для язвы двенадцатиперстной кишки характерны голодные боли, уменьшающиеся после приема пищи.

◆ Если после тряской езды или после обильного питья возникла острая боль в животе, в поясничной области, скорее всего это почечная колика - опасное неотложное сос-

тояние, требующее врачебной помощи.

◆ Если внезапно возникла острая боль внизу живота, начавшаяся в пупочной области, затем переместившаяся вправо, усиливающаяся при нажиме и при попытке лечь на левый бок, - аппендицит. Следует немедленно вызвать «скорую помощь».

Боль в животе нельзя снимать обезболивающими средствами.

8 СПОСОБОВ ПРОДЛИТЬ СВОЮ ЖИЗНЬ



Как продлить себе жизнь?
Если кто-то и сулит вам жизнь до 120 лет, а то и дальше, - не верьте. Увы, 120 лет - это фантастическое везение. А вот прожить 90-100 лет для многих вполне реально. При условии, если следовать очень простым (на первый взгляд) правилам, о которых рассказывает Павел Воробьев, профессор Московской медицинской академии.

1. Боритесь с головной болью!

Ее нельзя без конца «глушить» анальгином. Надо разобраться в причинах и начать лечение. Просто так голова не болит. Чаще всего это симптом гипертонии, которая годами подтачивает здоровье человека, а под конец добивает инсультом или инфарктом.

Среди причин смерти в России занимают первое место именно сердечно-сосудистые заболевания. В прошлом году от них умерли 1 млн 302 тысячи человек! Большинство - жертвы гипертонии.

2. Бросайте курить!

Потому как рискуете умереть во цвете лет от рака легких (трахеи или бронхов). Среди злокачественных опухолей он лидирует. В 2001 году от него умерли 57 018 наших сограждан (19,6% из общего числа скончавшихся от рака). Все - курильщики!

«Разговоры о том, что я, мол, не затягиваюсь или курю только легкие, - это самообман, - считает Павел Воробьев. - В курении нет плютонов. Только черное и белое: или ты куришь, или нет!»

Кстати, «молодой» (в 40 лет) инфаркт миокарда тоже обычно случается у курильщиков.

3. Питание - под строгий контроль!

Не переедайте и не ешьте на ночь, чтобы не толстеть. Чем больше масса тела, тем выше риск заболеть сахарным диабетом.

Сократите сладкое до минимума. Только лучше не бросать его сразу (если вы завзятый сладкоежка) - для организма это может стать тяжелым потрясением: от недостатка энергии начнете хуже думать и быстрее уставать.

Почаще недосаливайте пищу. Избыток соли приводит к гипертонии (почему - толком никто не знает).

Если у вас уже есть проблемы с давлением - заменяйте соль уксусом, лимонным соком, морской капустой, чесноком, зеленью и т. д.

Если вы не больны - ешьте все. Обязательно мясо, рыбу, зелень... С жирной пищей будьте поосторожнее, так как она очень калорийна (а то, что из-за нее повышается уровень холестерина в крови, еще никем не доказано).

4. Укрепляйте иммунитет!

Только не иммуностимуляторами (как бы с их помощью себе не навредить!), а закаливанием. Обливайтесь холодной водой, принимайте контрастный душ. «А вот моржевание опасно, - уверен Павел Воробьев. - Оно часто приводит к болезням почек».

Чтобы улучшить состояние иммунной системы, полюбите кисломолочные продукты с бифидобактериями (они налаживают работу кишечника, останавливают выработку гнилостных веществ и отравление организма).

5. Больше двигайтесь!

«Мучить» физической нагрузкой себя надо до глубокой старости. Малоактивный образ жизни ускоряет разрушение организма. Если по будням вам не до физкультуры - «загружайте» себя по выходным. Если далеки от спорта, работайте на даче, совершайте пешие прогулки по 2-3 часа (бегать трусцой нынче врачи не рекомендуют). Не сидите неподвижно перед телевизором: за 40 минут сидения развивается тромбоз глубоких вен! Поэтому надо дви-

гать ногами, например катать ступнями скалку. А лучше топтаться перед телевизором на тренажере-степере (это такие педальки, имитирующие подъем по лестнице).

6. Не уходите на пенсию!

Половина людей заболевают в первый же год после выхода на пенсию. Потому что ломается весь уклад жизни, человек теряет свой социальный статус, начинается депрессия, вылезают болячки... «Чтобы прожить подольше, работать надо до самого конца, - уверен Павел Воробьев. - Нам нужна такая система, чтобы пожилые люди меняли профессии, переучивались, уходили с ответственных постов на менее важные, но обязательно были при деле. Тем более что лет через 15-20 кормить пенсионеров будет некому. Поэтому уже сейчас назрела необходимость отодвинуть пенсионный возраст женщин до 60 лет, мужчин - до 65».

7. Не злоупотребляйте!

В России 30% смертей происходит от несчастных случаев, отравлений и травм. Из них львиная доля - по вине алкоголя. В первую очередь водки. Если вы не страдаете алкоголизмом, объявлять «сухой закон» на всю жизнь, может быть, и не стоит. Но отдавать предпочтение лучше виноградным винам. В малых дозах они вроде бы даже полезны.

8. Не поддавайтесь унынию!

Депрессия - страшная вещь. Она включает механизм самых опасных заболеваний, даже раковых опухолей. Поэтому не давайте ей воли. Пейте легкие успокаивающие средства. Развлекайтесь несмотря ни на что! Если сами справиться с депрессией не можете, идите к невропатологу или психотерапевту.

Глоток — сердцу толчок

Здоровое сердце сокращается равномерно. Заставить его биться чаще могут сильные эмоции, физическая нагрузка или... хороший глоток. Незря специалисты по питанию советуют делать всего одно глотательное движение на 22 жевательных.

Наша жизнь зависит от работы сердца, поэтому ученые уже не одно столетие исследуют все факторы, которые могут на нее повлиять. В том числе их интересует регуляция частоты сердечных сокращений. А для таких исследований надо систематически заставлять сердце сбиваться с заданного ритма, что, вообще говоря, вредно для здоровья. Но теперь у экспериментаторов есть возможность влиять на нервную регуляцию работы сердца довольно часто и без вреда для объекта исследования. И при этом не надо никого пугать или изнурять физическими упражнениями. По данным сотрудников лаборатории регуляции сердечно-сосудистой системы Российского кардиологического научно-производственного комплекса МЗ РФ, хороший глоток вызывает у здоровых людей кратковременное сердцебиение.

О том, что глотание у человека сопровождается кратковременным, но значительным учащением сердечных

сокращений, ученые знали уже лет 20 назад, но вплотную заняться этим феноменом они смогли только после появления ЭКГ. Оказалось, что при глотании у всех здоровых людей сердце бьется с частотой более 90 ударов в минуту, но почему так происходит — неясно. То ли это рефлексорная реакция, то есть ответ на раздражение соответствующих рецепторов в глотке, то ли исполнение команды центральной нервной системы. Да и вообще интересно, что заставляет наше сердце трепетать при поедании бутерброда.

Московские кардиологи исследовали изменение сердечного ритма при глотании у 23 здоровых добровольцев разного возраста. Для этого по утрам у испытуемых, которые не ели и не курили, записывали ЭКГ в грудном отведении и одновременно акты глотания, которые регистрировали закрепленным на шее электроманометром. Через десять минут ту же пробу повторяли в положении лежа. Испытуемых просили через каждые 30 секунд сделать 1 глоток (5-6 раз), да-

лее 3 глотка слитно (4 попытки с паузой 1 мин) и 5 глотков. Результаты исследований обрабатывали с помощью специально разработанной компьютерной программы.

После глотка у здорового человека быстро возрастает частота сердечных сокращений, но реакция занимает не более 10 секунд. Если за первым глотком следуют другие, частота сердечных сокращений продолжает расти, но уже гораздо медленнее. «Пик» наступает при 5-10 глотках и во многом

зависит от частоты глотаний, на которую способен испытуемый. Природа не позволит своим детям доглотаться до сердечного приступа.

Всесторонне рассмотрев глотательный акт, исследователи установили, какие нейроны и на какой стадии глотания влияют на сердечный ритм. Поэтому безвредное для здоровья глотание, с точки зрения медиков, может быть удобной физиологической пробой для изучения регуляции сердечного ритма.



Старение по программе

Если соединить кровеносные системы молодой и старой мыши, то молодая постареет, а старая не изменится. Этот опыт, который поставили киевские геронтологи, свидетельствует, по их мнению: старение организма идет не само по себе, а из-за того, что организму дана команда на самоуничтожение.

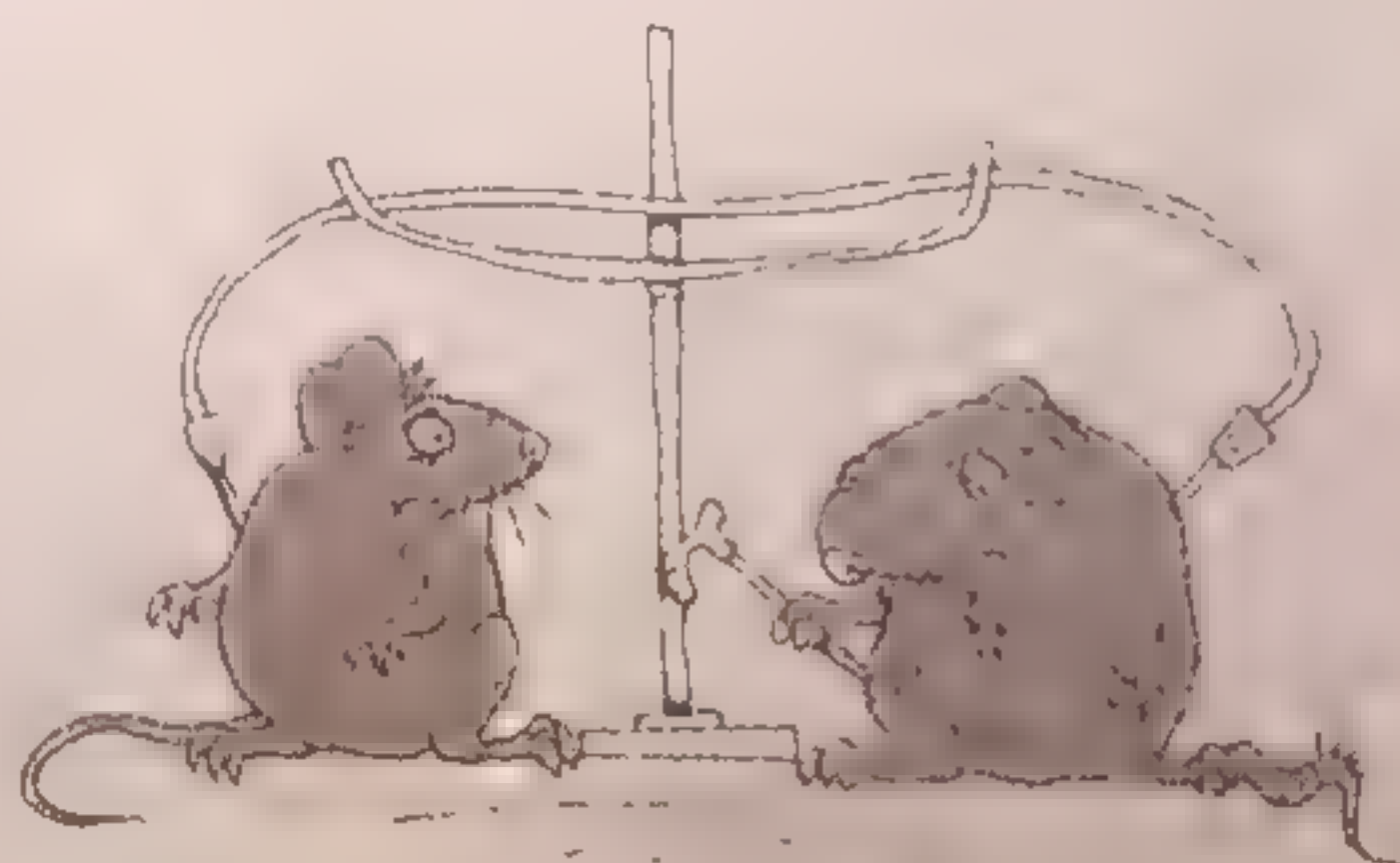
Если отвлечься от мечты о бессмертии, то главная проблема геронтологов, то есть ученых, которые заняты продлением жизни людей, — выяснить, чем вызвано старение. Одни считают, что это естественный процесс, вызванный накоплением отходов жизнедеятельности и повреждением клеток из-за действия внешней среды. Вовсе нет, считают другие: способности человеческого организма к саморемонту и самоочистке весьма велики, и за те 85 лет, которые отведены на жизнь человека, они отнюдь не исчерпываются. Значит, в какой-то момент включается команда, которая замедляет процесс восстановления, и тогда-то начинается старость, то есть саморазрушение организма. Кто прав?

Один из экспериментов для проверки идеи запрограммированной старости поставили киевские геронтологи под руководством члена-корреспондента РАН Геннадия Михайловича Бутенко, о чем он и рассказал на школе-семинаре «Фундаментальные проблемы старения» в Киевском Институте геронтологии. Во время эксперимента соединяли кровеносные системы молодой и старой

мыши, создавая так называемых парабионтов. Ученые исходили из того, что если старение происходит по программе, то в крови пожилого животного должны быть вещества, которые эту программу осуществляют. С помощью объединенного кровотока гипотетические вещества удалось бы передать от одного животного другому. В результате молодая мышь должна была резко постареть. Именно так все и получилось.

«Посмотрите на яичник молодой мыши, — говорит Геннадий Бутенко. — В нем много желтых тел, формируются яйцеклетки, много фолликул. У старой мыши там нет ничего, одна соединительная ткань. А у молодого парабионта желтые тела исчезают, фолликулы деформируются. Все строение яичника становится подобным пожилой мыши. Американские исследователи повторили наши опыты и заметили угнетение функций иммунной системы. Чешские ученые обнаружили, что и соединительная ткань молодого парабионта быстро стареет, а японцы выявили старение и клеток печени». Первое объяснение этого явления: передача каких-то гормонов от старого организма молодому — здесь не работает. Дело в том, что кровь животных смешивалась со скоростью 1% в минуту, то есть половину она менялась за 140 минут. А гормоны живут считанные минуты. Значит, дело в некоем неизвестном факторе крови старого животного, который блокирует какие-то гены или, наоборот, запускает какой-то ген.

Похожие попытки понять, чем старый организм отличается от молодого, ученые начали предпринимать с семидесятых годов прошлого века. И всегда получался примерно один и тот же результат. Яичник молодой мыши, пересаженный в организм старой, быстро старел, а обратная операция к омоложению не приводила. Кожа старой мыши, пересаженная молодой, не только оставалась старой, но и заставляла стареть окрестные участки. «Все это очень похоже на программу эмбрионального развития, когда на определенных этапах включаются новые механизмы и организм проходит какие-то точки невозврата, — отмечает Геннадий Михайлович. — Это нельзя объяснить накоплением ошибок, ведь что-то происходит одновременно со всеми клетками организма. Очевидно, что действует активный механизм, который перебрашивает организм на другой уровень функционирования».



Лучше всего начать траволечение с разумного сочетания медикаментозных и растительных средств. Поскольку растительные средства действуют на организм гораздо мягче и медленнее, чем химиопрепараты, положительный эффект от их применения в первые 7-10 дней будет практически незаметным. По мере улучшения самочувствия дозы химиопрепаратов можно постепенно уменьшать, а потом и вовсе отказаться от них, перейдя на растительные средства.

Длительное траволечение способствует восстановлению нормальной функции пораженных органов, активизирует эндокринную и иммунную системы, нормализует минеральный обмен, улучшает работу органов пищеварения, сердечно-сосудистой и нервной систем.



Чистка желчного пузыря (тюбаж) делается в домашних условиях 1 раз в месяц, желательно в полнолуние. Варианты тюбажей могут быть различными - с ксилитом, сорбитом, с магнием, яичным желтком, гречневой крупой-сечкой. Наиболее щадящий - последний вариант.

Для этого надо приготовить кашу: взять 50 г гречневой крупы-сечки на 200 мл воды и варить на медленном огне 20 минут без соли, сахара и масла. Готовую кашу съесть натощак в теплом виде в один прием, после чего полежать 1,5 часа на правом боку подложив под него теплую грелку.

Грелка должна находиться в области печени.

Под грелку рекомендуется подложить валик из полотенца. Изголовье должно быть немного ниже бока (то есть лежать лучше без подушки).

На следующий день после этой процедуры стул должен быть кашицеобразным, темного цвета, что будет свидетельствовать об эффективности проведенного тюбажа.

При хронических запорах,

атонии кишечника перед началом траволечения наряду с тюбажем необходимо провести чистку кишечника, делая в течение 3 дней подряд по 1 клизме в день. Для очистительной клизмы используют кружку Эсмарха. В нее заливается вода комфортной температуры, в которую добавляется 0,5 ч. ложки лимонной кислоты или сок одного лимона.

Варианты очистительных клизм также могут быть различными: с отваром трав, солью, соком клюквы, отваром свеклы, уриной. Состав для очистительных клизм должен быть подобран врачом-фитотерапевтом с учетом имеющихся у человека заболеваний. Самодеятельность здесь недопустима.

После такой подготовки можно непосредственно приступать к траволечению. С чего начать? Наверное, с профилактики и лечения заболеваний сердца, так как они обнаруживаются у каждого второго. Люди, страдающие гипертонической болезнью, атеросклерозом, ишемической болезнью сердца, стенокардией, должны вырастить летом у себя на участке и заготовить на зиму такие травы, которые потребуются им для приготовления лечебных сборов. Это календула, ромашка, донник, боярышник, пустырник, душица, мята, мелисса, вероника, петрушка, укроп, фенхель, лебеда (листья и цветы), лист смородины, одуванчик (листья и корни), сельдерей, валериана, иван-чай, хвощ полевой, листья и почки березы.

Если на ногах сухие мозоли к ним рекомендуется положить ванны прикладывать свежий измельченный корень лопуха или прибинтовывать на ночь чайный гриб. Для устранения пяточных шпор можно обертывать пятки свежими листьями лопуха, прикладывая их к коже зеленой стороной. Поверх листьев надо надеть шерстяные носки. Повторять процедуру не менее 10 дней подряд.

При сухой коже на ногах

их нужно смазывать маслом из заготовленных летом трав чистотела, мяты перечной, череды, хвоща, корней лопуха и цветков календулы (все компоненты берутся в равных пропорциях). Для приготовления масла 5 ст. ложек этого сбора заливается рафинированным подсолнечным или оливковым маслом (масло должно быть выше растительного сырья на 2-3 см), смесь настаивается в течение суток, затем стерилизуется 40 минут на водяной бане при непрерывном помешивании. Готовое масло втирается в пораженные места кожи 1-2 раза в сутки.

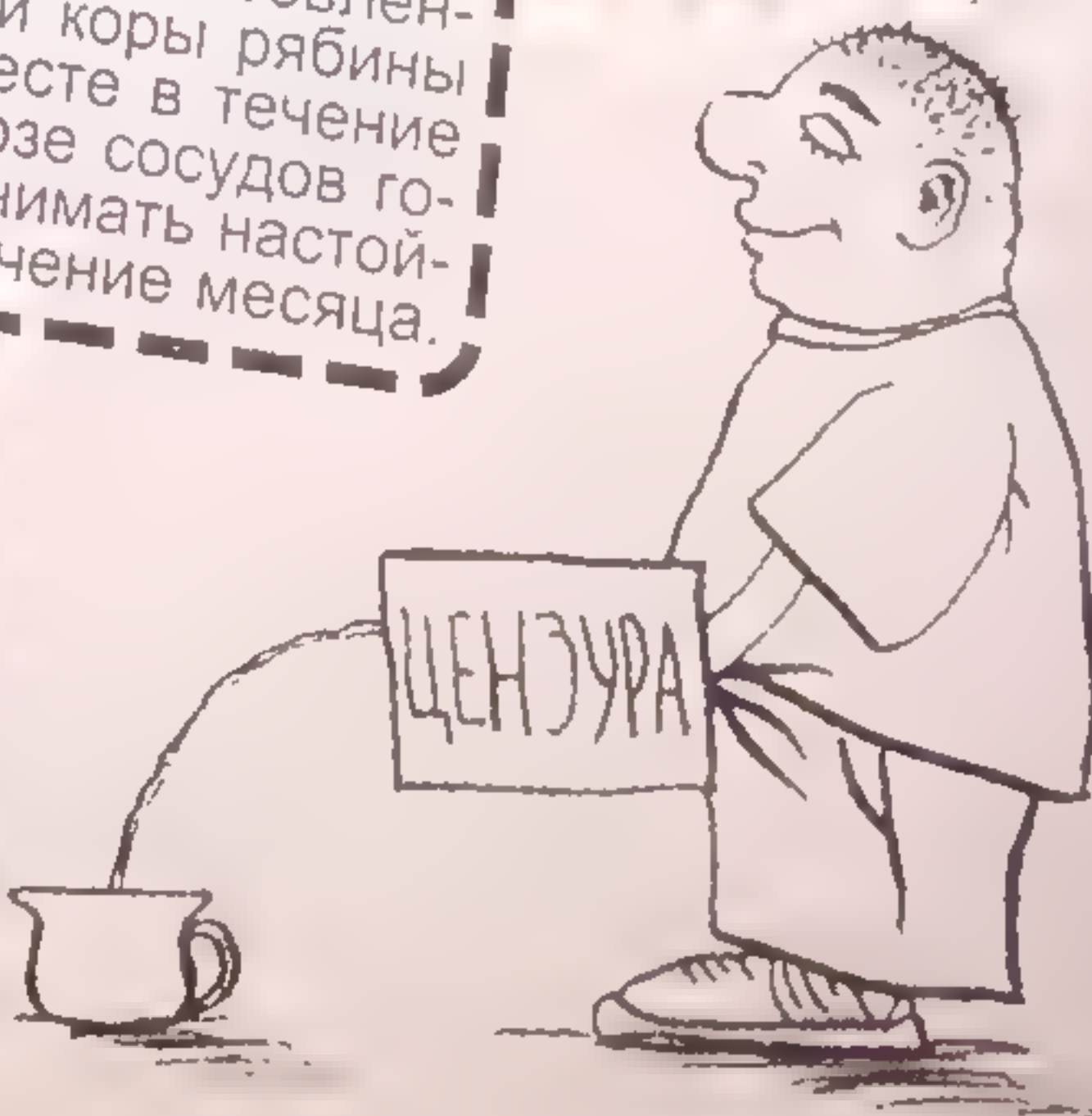
Не забудьте летом уделить внимание своим ногам. Зачастую они нуждаются в вашей помощи. Для снятия уста-

Плети огурцов и трава гороха

обладают хорошими мочегонными свойствами, что очень важно при гипертонии, так как способствуют снижению давления. Настойка, приготовленная из головок красного клевера и коры рябины (настаивать на водке в темном месте в течение 18 дней), полезна при атеросклерозе сосудов головного мозга и шуме в ушах. Принимать настойку по 1 ст. ложке 3 раза в день в течение месяца.

листья делают ножные ванны из свежих ольховых листьев или травы топиамбура. Ванны из донника хорошо помогают при тромбозах. При варикозном расширении вен полезно делать компрессы из распаренной травы донника на больную ногу. Траву для компрессов заготавливают летом вместе с цветами, а компрессы делают обычно зимой.

При хронических бронхитах пейте в течение всего лета свежий сок подорожника с медом в пропорции 1:1 по 1 ст. ложке 3 раза в день до еды. Сок готовится так. В первой половине дня собрать листья подорожника, промыть их, пропустить через мясорубку, к полученной массе добавить половину объема холодной кипяченой воды, размешать, дать постоять 2 часа, затем отжать через марлю. К полученному соку добавить такой же объем меда, перемешать, перелить в стеклянную банку и поставить в холодильник.



При ревматизме, полиартрите, подагре и болях в суставах летом в течение месяца необходимо пить такой сбор: корни лопуха (2 части), корни и трава сельдерея (2 части), корни и трава петрушки (1 часть), хвощ полевой (1 часть), спорыш (2 части), корни девясила (1 часть), трава череды (2 части), лист березы (2 части), листья брусники (1 часть). Этот сбор надо заваривать, как чай, и пить по трети стакана 3 раза в день.

При суставных болях на больной сустав можно накладывать на ночь компресс из свежего листа лопуха. Для этого «войлочную» сторону листа смазать растительным маслом, плотно прижать к больному суставу, сверху наложить компрессную бумагу или клеенку и толстый слой ваты. Утром компресс снять. Сочный лист лопуха станет сухим и тонким. Такой компресс оказывает противовоспалительное, успокаивающее и болеутоляющее действие.

При гастрите с пониженной кислотностью составьте сбор из таких трав: ягоды красной рябины (2 части), шиповник (2 части), тысячелистник (1 часть), полынь (1 часть), душица (2 части), крапива (2 части), петрушка (1 часть), подорожник (2 части), календула (2 части), корень аира (2 части), ягоды калины (1 часть), кожура апельсина (1 часть), пижма (1 часть). Пить этот сбор надо также в течение месяца 3 раза в день в теплом виде за 10 минут до еды.

Для профилактики и лечения заболеваний желудочно-кишечного тракта осенью, во время сбора урожая, пейте капустный и картофельный соки. Доза приема сока белокочанной капусты - по 0,5 стакана 4 раза в день между едой, курс лечения - 14 дней. Картофельный сок пить 2 раза в день по 0,5 стакана до еды в течение 2-3 недель. Для приготовления картофельного сока рекомендуется использовать картофель фиолетово-красных сортов. Картофельные клубни нужно тщательно промыть, вырезать глазки, натереть картофель на терке вместе с кожурой и отжать сок.

При хроническом тонзиллите жуйте летом, как жевательную резинку, свежую еловую смолу и ежедневно или через день делайте на шею компрессы из распаренных свежих ольховых листьев. Предварительно листья надо заварить кипятком на 10 минут, затем отжать, положить их на шею и обмотать шею шарфом. Держать компресс 1-2 часа. Сделать 7-10 компрессов.



При гипертонии и стенокардии советую смешать 200 мл сока моркови, 200 мл сока свеклы, 100 г тертой клюквы, добавить 200 г меда и залить 100 мл спирта. Еще раз тщательно перемешать, настоять 3 дня в темном месте и принимать 3 раза в день по 1 ст. ложке.

При хроническом тонзиллите ежедневно в течение недели делайте такую процедуру. Натрите 1 стакан красной сырой свеклы, добавьте 1 ст. ложку 9%-ного уксуса, смешайте, после 4-6-часового настаивания отожмите сок. Каждый день принимайте по 1 ст. ложке этого сока, а также используйте его (2 ст. ложки) для полоскания рта и горла.

При сахарном диабете используют сахароснижающие сборы трав, регулирующие работу печени и поджелудочной железы, а также противосклеротические сборы. Вот один из рецептов: 350 г травы и корней сельдерея и 5-6 лимонов без белой цедры пропустить через мясорубку, поместить в эмалированную кастрюлю и парить на водяной бане на медленном огне 2 часа. Затем охладить и хранить в холодильнике в стеклянной банке. Смесь принимать утром натощак за 30 минут до еды по 1 ст. ложке. Курс лечения - 2-2,5 месяца. После 2-месячного перерыва и сдачи анализа на содержание сахара курс лечения при необходимости повторить.



При хроническом насморке, гайморите заготовьте летом впрок сбор из равных частей тысячелистника, крапивы и подорожника. Заварите 2 ст. ложки этого сбора стаканом кипятка, настаивайте 1-2 часа, процедите. Теплым отваром промывайте нос. Для этого запрокиньте голову, склоните ее набок (сначала - влево, потом - вправо) и с помощью детской резиновой спринцовки заливайте отвар в каждый носовой проход. Затем прополощите горло этим же отваром, закапайте в нос по 1-2 капли растительного масла с соком алоэ или соком лука. Делайте эту процедуру 2 раза в день при первых признаках простуды и насморка - обычно через 2 дня насморк проходит.

ПЯТАЯ ТОЧКА

Если не вдаваться в мелкие несущественные нюансы, то человека от большинства современных ему животных отличает лишь одна незначительная на первый взгляд деталь - отсутствие хвоста. Но такая ли это на самом деле незначительная деталь? Возьмем, к примеру, льва - хвост у него присутствует, но лев только «царь зверей», главный перец среди тысяч таких же хвостатых, как и он сам. И не более того. Змея вообще один сплошной хвост - злобный, ядовитый и безмозглый. А вот у человека хвоста нет, зато он - «венец творения», «царь царей», пуп земли. Конечно, нет хвоста и у «промежуточного звена» - человекообразных обезьян, но на то они и промежуточные, чтобы чего-то не иметь.

Почему же его нет и кому это было выгодно?

Действительно, отсутствие у человека хвоста не совсем понятно. Двигаться по земле на двух ногах хвост не мешает - доказано кенгуру. Даже наоборот, помогает - легче держать баланс, передние лапы свободны, да и опереться на «пятую точку» всегда можно, особенно когда устанешь, а поблизости нет ни одного подходящего пенька или камня, чтобы присесть. По деревьям лазить с хвостом вроде тоже удобнее. Доказано так и не ставшими человеком мартышками. Плавать и летать без хвоста? Ну, ну! Попробуйте вообразить себе бесхвостую птицу или рыбу! Доказательств вообще не требуется. Так почему же нет хвоста у человека?!

А ведь он был!

В школе с детства нас учили, что эволюция есть процесс усовершенствования. Бесконечный путь от простейшего к более совершенному. И на этом пути человек растерял (если, конечно, раньше имел) практически все, что помогает выжить в дикой природе. Не стало у него когтей,



острых клыков, шерсти и много-го другого. Не стало и хвоста. Но вот почему так произошло и на самом ли деле человек - венец творения природы, конечный продукт эволюции, никто еще толком не ответил. Что же касается хвоста, то он у человека был, это совершенно точно.

Взгляд без споров

Интересный и важный момент, наводящий на размышления. Подойдем к хвосту со стороны религии. Причем не будем ни с кем спорить и не хотим никого обижать. Просто есть вопросы, на которые никто прямо не отвечает. Догмы большинства религий утверждают, что человека создали боги. Христианская религия пошла гораздо

дальше и убеждает всех и каждого - Бог создал человека по своему образу и подобию. С этим трудно согласиться хотя бы потому, что у Бога не могло быть остатков хвоста, кои есть у человека. А если они есть и у Бога, тогда... Господи! Прости за мысли грешные!

Зачем черту хвост?

Еще одна деталь. Черти и дьявол всегда изображаются с хвостами. Достоверных утверждений о том, будто их, чертей, кто-то на самом деле видел, не существует. Хотя (а если видел!!!) зачем тогда черту хвост? В самом-то деле. По деревьям он вроде не лазит и кенгуру ему тоже не указ. Если нечистый действительно так велик, как он пытается это доказать, то почему же он не смог избавиться от хвоста? И не потому ли дьявол так зол на весь род людской, что он, великий и ужасный, вынужден с хвостом маяться, а ничтожный человекишко его в этом вопросе обскакал?

Неужели все дело в хвосте?!

Как видим, хвост - очень важный винтик. А у человека он правда был. Подтверждением тому является наш с вами копчик. Именно в него превратился хвост. На любой рентгенограмме таза это хорошо видно. Впрочем, и на скелете это видно не менее хорошо. Копчик является продолжением позвоночного столба, его конечной частью. Состоит он обычно из 4 или 5 позвонков, вернее, из того, что от них осталось. Позвонки эти срослись между собой и малоподвижны, но все же не утратили пока всех «хвостовых» признаков. Правда, остатки хвосто-

вого хозяйства достаточно хорошо скрыты под кожей и в большинстве случаев не бросаются в глаза. К старости, особенно у мужчин, позвонки срастаются между собой все больше и больше, теряя при этом подвижность практически полностью.

Возраст хвоста

Копчиком нельзя повилиять, им нельзя зацепиться за ветку дерева. Пять оставшихся позвонков. Сколько же их было у первого существа, от которого можно отсчитывать начало человека? Трудно сказать. У всех известных официальных предшественников Homo sapiens, Человека разумного, то есть нас с вами, четко выраженного хвоста уже нет. У обезьян же позвонков гораздо больше пяти. Если человек произошел от обезьяны, или обезьяна и человек произошли от какого-то общего хвостатого предка, то это случилось очень и очень давно. Обычно принято сопрягать возраст человечества с началом развития у нашего человекоподобного предка головного мозга - где-то 1-2 миллиона лет. Странно, но официальная наука редко упоминает об исчезнувшем хвосте. А ведь со стороны хвоста возраст человечества гораздо длиннее! Хвосту нужно было много-много времени, чтобы не только отвалиться, но и спрятать свои остатки под кожу.

Наследие веков

Вот еще одно доказательство нашего хвостатого прошлого. Изредка рождаются дети с хвостиками. Случается это достаточно редко, однако случается. В средние века такие дети вызывали ужас, их просто-напросто убивали. Нам-то понятно, что все дело в генах. В генах хранится вся информация о создании человека. Есть там сведения и об исчезнувших хвостах. При зарождении каждого нового организма гены «сообщают» новообразовавшейся клетке дальнейший ход развития событий. Появление хвоста находится под запретом, но если запрет по какой-то причи-



не не срабатывает или он недостаточно строг - тогда все возможно. Даже хвост.

Копчиковые неприятности

Кстати говоря, и неполноценный хвост, то есть копчик, нередко приносит своему владельцу разные неприятности. Например, падать на «пятую точку» всегда больно. Получать по ней ребристой подошвой тоже не верх блаженства. А еще кожа и подкожная клетчатка в этой области не совсем такие, как в других местах. Особенности их строения приводят к образованию кист, склонных к нагноению. Но все это пустяки по сравнению с копчиковыми спинномозговыми грыжами (есть и такие!). Вместе с тем число людей с различными заболеваниями и проблемами в области бывшего хвоста значительно меньше среднестатистического числа дураков. Отсюда можно сделать однозначный вывод - хвост у человека начал отваливаться раньше, нежели развиваться мозг.

Без глюков

Кстати, некоторые ученые считают, что человек действительно создан искусственно, но не совсем так, как это имеет в виду религия. Набор человеческих генов содержит всю информацию о некоем универсальном космическом существе, которое может приспособливаться к любой окру-

жающей его среде. Кому-то (назовите его Богом) необходим человек - существо с мозгами, с руками, без хвоста. Для чего? Да ведь пути Господни неисповедимы! Не дано нам знать! Берет этот кто-то клетку (может быть - свою собственную, чтобы по образу, значит, и подобию) с набором разных генов и задает программу. А в программе той все прописано - и про хвост, и про все остальное. Как известно любому программисту, даже самые совершенные и хорошо отлаженные программы имеют склонность к «глюкам», то есть к сбоям. Вот мы и получаем вследствие этих глюков наследственные и другие болезни, аномалии развития. В том числе и хвост.

Результат неизвестен

На первый взгляд, ничего особенного в такой теории нет. Обыкновенный осовремененный взгляд на сотворение мира. Однако из изложенного выше возможны два следствия. Первое следствие очевидно - глубоко изучив «программу» и поняв принципы ее построения, можно избавиться от болезней и довести начатое кем-то дело до конца - ускорить процесс создания идеально приспособленного к жизни на Земле существа. Глупо считать себя венцом творения, никто не совершенен. Есть только одно «но». Конечная цель эволюции человека нам не известна. А не зная первоначального замысла, как бы не доэволюционизироваться до ручки.

Второе следствие

А есть и второе следствие, не столь очевидное. Можно ведь снять абсолютно все запреты (в том числе и на злополучный хвост!) и получить... исходное существо. Кто получится? Извините! Сие одному Богу известно! Может быть, ОН САМ.

Профессор Алек Митчелл

При царе Горохе...



Семейство бобовых насчитывает около 12 тысяч различных культур, которые верой и правдой служат людям.

Семена бобов, гороха, фасоли и других представителей этого солидного семейства - чемпионы по содержанию белка. Это настоящее растительное мясо. В лучших сортах круп из бобовых культур содержится до 30% белка, в то время как в мясе его около 15, а в свежей рыбе около 10%. К тому же белок бобовых культур по составу близок к белкам мяса и весьма ценен, так как богат незаменимыми аминокислотами.

Содержание углеводов в бобовых достигает 50-60%, причем в основном это крахмал. Жиры бобовых имеют особую ценность благодаря содержанию ненасыщенных жирных кислот - линолевой, линоленовой и олеиновой. Содержат бобовые и такие ценные для здоровья вещества, как соли калия, кальция, фосфора, железа, и множество витаминов.

ГОРОХ был известен еще тогда, когда не знали ни пшеницы, ни капусты, ни тем более картофеля. Недаром говорят: «Это было при царе Горохе», имея в виду события глубокой старины.

По латыни горох - «цицера». Отсюда, между прочим, происходит фамилия знаменитого римского оратора Цицерона, которая по-русски звучит как Горохов. По преданию, один из его предков имел на носу бородавку в виде горошины, за что и был прозван Цицероном. Прозвище закрепилось за всей семьей и даже передалось потомкам.

Очень любили и любят до сих пор горох в Германии. Во Франции XVI века горох с поджаренным свиным салом подавали к столу и богача, и простого горожанина. В средневековой Испании гороховая похлебка с чечевицей считалась одним из наиболее лакомых народных кушаний.

С незапамятных времен горох известен и на Руси. Наши предки выращивали множество сортов гороха и умели готовить из него не только суп

да кашу, но и такие деликатесы, как гороховый сыр и гороховая лапша.

Пожалуй, самым распространенным сегодня является овощной горох, сладкий и крупный, который мы называем зеленым горошком. Обыкновенная зеленая горошина - словно таблетка с целой группой витаминов. Консервированный зеленый горошек дешевле и может храниться годами, не теряя вкуса.

Но не следует забывать и про обычный горох. Он не менее полезен и способен сохранять свои целебные качества 10-12 лет. Только надо иметь в виду, что питательные вещества, которыми он богат, полностью усваиваются организмом лишь в том случае, если горох хорошо разварен или измельчен. Так называемую муку легко получить, размолот сухой горох в кофемолке.

Суп-пюре из гороха. Предварительно замоченный горох отварить в воде или овощном бульоне до мягкости, затем добавить нарезанные коренья и лук. Посолить и варить до готовности. Процедить суп сквозь дуршлаг или сито, овощи и горох протереть, переложить пюре в суп, добавить белый мучной соус и проварить 3-5 минут. Густота супа зависит от вашего вкуса и регулируется количеством и консистенцией соуса.

Белый мучной соус (бешамель). В сковороде вскипятить стакан наваристого овощного бульона. Развести 2 ст. ложки пшеничной муки в чашке с теплой водой и тонкой струйкой влить в кипящий на медленном огне бульон. При посто-

янном помешивании варить соус до того момента, когда он загустеет и появятся отдельные пузырьки - начнется кипение. Соус охладить, сдобрить пряностями по вкусу.

Гороховый суп с луковником. Сварить до мягкости подготовленный и предварительно замоченный на 4-5 часов сухой горох. Добавить, не сливая воды, нарезанную тонкими кружочками или соломкой морковь и варить горох до полной готовности. Обжарить в растительном масле мелко нарезанный лук до золотистого цвета, заправить им суп и посолить по вкусу. К супу подать постный горячий пирог луковник.

Пирог луковник. Из 600 г муки, 2 стаканов воды, 30 г дрожжей и 0,5 ч. ложки соли приготовить простое дрожжевое тесто и дать ему подойти. Раскатать из готового теста тонкие лепешки, испечь их в духовке, слегка подрумянив каждую. Обжарить в растительном масле много мелко нарезанного лука, переслоить им выпеченные лепешки, укладывая их одна на другую, и запечь пирог в духовке.

* * *

ФАСОЛЬ - бобовая культура американского происхождения. Итальянские мореплаватели привезли это растение из Центральной и Южной Америки к себе на родину. Папа римский Климент VII взял ее под свое особое покровительство. В 1556 г. фасоль выращивали в горшках уже во многих районах Италии. Вскоре она проникла и во Францию. Сегодня фасоль известна на всех континентах мира, а ее сортов не перечислить.



Выращиваемую в нашей стране фасоль только по цвету делят на три типа: белую, однотонную и цветную. Получила распространение у нас и овощная фасоль. Ее нежные молодые стручки - вкусный и питательный продукт. В 100 г таких стручков содержится от 1,5 до 3 г белков, около 5 г сахаров, 20-25 мг витамина С, а также богаты они каротином, витаминами группы В, минеральными солями и другими полезными веществами.

Овощную фасоль используют как для приготовления самостоятельных блюд, так и в качестве гарнира. Ее отваривают в соленой воде, тушат, обжаривают в сливочном масле с сухарями. Поджаренная на растительном масле и заправленная томатным соусом, она очень хороша в холодном виде. Молодые стручки фасоли замораживают и консервируют.



Одно предостережение: нельзя употреблять фасоль в пищу в сыром виде. В сырых стручках фасоли содержатся ядовитые вещества, которые могут вызвать отравление. При тепловой кулинарной обработке они разрушаются. Но чтобы это произошло, варить фасоль надо довольно долго. Свекльник с фасолью. Крупную красную фасоль замочить в холодной воде на ночь и затем сварить до готовности. Красную сладкую свеклу испечь в духовке, натереть на крупной терке и переложить в кастрюлю с фасолью, добавив 1-2 зубчика растолченного с солью чеснока, лавровый лист и 2-3 горошинки черного душистого перца. Посолить по вкусу.

Закрывать кастрюлю с борщом крышкой (неплотно) и дать настояться не менее 30 минут, чтобы борщ набрал аромат и цвет. К борщу подать сухарики из ржаного хлеба с чесночным соусом.

Чесночный соус. Отдельно на сковороде приготовить из обжаренной в масле муки и кипятка густой

белый соус (бешамель), слегка посолить, поперчить. В готовый горячий соус ввести толченый с солью чеснок и, прикрыв сковороду крышкой, дать настояться 3-5 минут.

Рагу из фасоли с картофелем. Для приготовления этого блюда, относящегося к разряду вкусной и здоровой пищи, вам потребуется 1 стакан цветной фасоли, 700 г картофеля, 1-2 луковицы, 3-4 ст. ложки томатной пасты, 2 ст. ложки растительного масла, соль и специи по вкусу.

Предварительно замоченную в холодной воде фасоль отварить до мягкости, отцедить отвар в миску. Картофель очистить, нарезать крупными дольками, залить фасолевым отваром и варить при слабом кипении почти до готовности, закрыв кастрюлю крышкой.

Для заправки мелко нарезать лук, обжарить его в растительном масле, добавить томатную пасту и все потушить. Заправить томатным соусом с солью, молотым черным перцем и специями, добавить лавровый лист. Потушить еще 3-5 минут.

Переложить заправку в кастрюлю с картофелем, довести до кипения, влить 0,5 стакана (или больше, в зависимости от желаемой густоты рагу) кипятка и очень осторожно перемешать, чтобы не размять зерен фасоли. Закрывать кастрюлю крышкой и потушить рагу на слабом огне или в духовке до готовности фасоли и картофеля. Подать рагу горячим с веточками зелени петрушки или кинзы.

* * *

ЧЕЧЕВИЦА появилась в России около 500 лет назад. Издавна она ценилась как лекарственное растение. Ее использовали при лечении желудочных заболеваний и нервных расстройств. Древнеримские врачи считали, что постоянное употребление чечевицы делает человека терпеливым и спокойным.

В русских травниках жидкий чечевичный отвар рекомендовался при запорах, а густой - как вяжущее средство при желудочно-кишечных расстройствах. При оспе отвар чечевицы употреблялся как внутрь, так и наружно. Мука из чечевицы входит в состав многих снадобий, применяемых в народной медицине.

Смесью чечевичной муки со сливочным маслом лечат ожоги, а с яичным желтком - раны. Отвар чечевицы рекомендуют принимать при почечнокаменной болезни, камнях в мочевом пузыре, заболеваниях печени. Чечевица весьма желательна в ра-

ционе сердечников.

Благодаря высокому содержанию фосфора и витаминов группы В блюда из чечевицы полезны людям умственного труда. По содержанию веществ, способствующих кроветворению, она превосходит многие продукты животного и растительного происхождения.

Чечевица действует как успокаивающее средство. При спонтанных ночных поллюциях и при быстрой эякуляции полезно на ночь есть кашу или суп из чечевицы.

Чечевицу можно добавлять в мясные и овощные супы, в салаты. До наших дней дошли старинные рецепты знаменитой чечевичной похлебки.

Чечевичная похлебка. Предварительно замоченную чечевицу довести до кипения и варить на умеренном огне 20 минут. В это время обжарить на сковороде в растительном масле 1 крупную луковицу, нарезать кубиками 4 картофелины и 1 морковь. Добавить в кастрюлю лук, картофель и морковь, а также измельченные коренья петрушки и горошины черного перца. Посолить по вкусу и варить на слабом огне еще 7-10 минут. Заправить готовую похлебку размятыми в чесночнице 5-7 зубчиками чеснока и всыпать ложку измельченной сушеной зелени чабреца. Затем снять кастрюлю с огня и дать похлебке настояться 5-7 минут, тепло укутав кастрюлю.

Вареная чечевица. 1 стакан предварительно замоченной чечевицы промыть, залить 2-3 стаканами холодной воды и поставить на медленный огонь. Варить до готовности. Перед концом варки добавить обжаренный в растительном масле лук и посолить (во время жарки к луку можно добавить немного сметаны). Слить избыток воды и заправить сливочным маслом.



ДУШ НА КРЫШЕ

Ничто так не меняет женщину, как беременность, особенно первая. Готовясь к своему главному предназначению, она преобразяется физически и духовно. В эти месяцы она светится каким-то внутренним светом, который понятен только ей. Меняются устоявшиеся привычки. Характер, отношение к окружающим. В этот ответственный период женщина обязана как можно тщательней следить за своим здоровьем.

Необходимая осторожность

Любая болезнь, перенесенная женщиной во время беременности, курение, употребление алкоголя, скверное питание — часто влияют на течение беременности.

Крайне осторожно необходимо относиться к приему лекарств. Наиболее безопасно пользоваться лекарственными средствами, изготовленными на основе растительного сырья.

Но и здесь необходимо проконсультироваться со специалистами и не заниматься самолечением.

К примеру, противопоказано в этот период использовать травы, стимулирующие гормональную деятельность половых желез.

Это ярутка полевая, одуванчик лекарственный, донник лекарственный, грецкий орех, сурепка полевая и некоторые другие.

Беременным запрещено употреблять настои и отвары на основе таких трав, как душица, алоэ, василек синий, иссоп лекарственный, багульник, девясил, аир болотный, пижма, полынь горькая, любисток, папоротник, ревень тангутский. Если возможно, следует воздержаться от употребления чеснока, морской капусты, сельдерея, петрушки, укропа, соевых огурцов.

В продаже хватает витаминных препаратов, но крайне важно включать в свой рацион овощи, фрукты и целебные травы. В лекарственных растениях содержатся все необходимые человеку активные вещества.

Таблица Менделеева при беременности

Витамин С, необходимый для укрепления иммунитета, содержится в плодах шиповника, облепихи, черной смородине, в лимоне, хрене, зеленом луке.

Витаминов группы В много в бобовых и злаковых, томатах, шпинате и дрожжах.

Источником редкого, но такого крайне важного в период беременности препарата, как селен, являются следующие растения: чистотел, шиповник, мать-и-мачеха, пастернак, эвкалипт, тыква, ромашка аптечная.

Много селена в желтках яиц, пивных дрожжах и ростках пшеницы. Одно замечание: селен редко усваивается при употреблении углеводов, поэтому необходимо ограничить себя в сладком и мучном.

Кобальт не менее редкий и столь же необходимый элемент. Пополнить его запасы помогут какао, пшеница, гречка, бобовые, кукуруза. Если есть возможность, не пренебрегайте лесными ягодами: ежевикой, черникой, голубикой, брусникой. В городе нет проблем с бананами, абрикосами, виноградом, шпинатом. Кстати, в шпинате содержится много **магния**, который необходим для нормальной жизнедеятельности клеток и хромосомного аппарата.

Семечки подсолнуха, клубника, кукуруза, спаржа, редис, репа, томат, какао богаты **кремнием**.

Незаменимый **калий** содержится в сухофруктах, шпинате, печеном картофеле, инжире, черной смородине...

Поступление столь **необходимой меди** в организм можно достигнуть, употребляя печень, изюм, зеленые овощи. Источником **марганца** служат мясо, молоко, яйца, имбирь, гвоздика; **хрома** — печень телячья, проросшая пшеница, пивные дрожжи; **цинк** — зерновые, соя, овсяные хлопья, отруби, грибы, капуста, лук репчатый. **Кальция** много в абрикосах, винограде, свекле, томатах, брюссельской капусте, кизиле, спорыше, горохе.

Травяные сборы для беременных: смешать в равных количествах листья крапивы и плоды шиповника, брусники и черной смородины, залить 2 ст ложки этой смеси двумя стаканами кипяченой воды, поставить на огонь и варить в течение 10 минут. Дать настояться 20-30 минут. Процедить и принимать по 150 мл 3 раза в день.

◆ Запаситесь красной рябиной. Сухую рябину (2 ст ложки) заливают 0,5 л кипятка, варят 10 минут, настаивают около часа и принимают по 100-150 мл 3 раза



ПОСПЕРОДОВОЙ ПЕРИОД

в день.

◆ Отвар шиповника богат витаминами С, В, РР, железом и другими микроэлементами.

◆ При кровотечении десен рекомендуется употреблять для полоскания рта отвары из коры дуба с цветками липы, из травы лапчатки. На 1 стакан теплой воды - 50 капель отвара.

◆ Нередко у беременных выпадают волосы, в результате недостатка кремния. Как его восполнить, смотрите выше.

◆ Восстановить статус-кво поможет крапива двудомная. Отвары, настои, сок семян крапивы - это здоровые волосы. Для приготовления отвара смешать 100 г листьев крапивы с 0,5 л воды и 0,5 л уксуса, прокипятить эту смесь в течение 30 минут, процедить и вымыть голову этим отваром.

◆ Испытанное средство для укрепления волос - лопух. Репейное масло - это то, что надо. Эффективными растительными средствами являются календула, шишки хмеля, листья березы...

◆ При упорных запорах женщине необходимо правильно питаться. Кроме того, следует заниматься физическими упражнениями, направленными на нормализацию желудочно-кишечного тракта.

◆ Поможет избавиться от запоров и такая процедура: за 2 часа до завтрака размочить в стакане кипятка 1 ч. ложку пшеничных отрубей, чтобы получилась кашка, и съесть на завтрак. Можно утром натощак съесть по 1-2 яблока или на ночь 1-2 апельсина.

◆ Если беременная не болевает холециститом, ей можно на ночь принять отвар льняного семени вместе с семенами (1 ч. ложка на стакан кипятка), а также подсолнечное масло, мед с теплой водой натощак, сок моркови, репчатый лук, настой семян подорожника.

Народная рекомендация: для облегчения отхождения послеродовых выделений через 2 недели после родов принимать отвар березовых листьев (10 г на 250 мл кипятка).

У многих женщин после родов грубеют молочные железы. Процесс этот сопровождается не только повышением температуры, но и болевыми ощущениями.



Чтобы этого избежать, необходимо удалять волосы с подмышечных впадин во избежание занесения грибка на молочные железы и, разумеется, соблюдать правила личной гигиены.

Не менее важны профилактические меры, препятствующие появлению трещин в области сосков. Часть трещин на сосках появляется в связи с неподготовленностью груди к кормлению. При плоских, вытянутых сосках и слишком нежной коже вокруг них необходимо ежедневно массировать соски жесткой тканью. Во время этой процедуры старайтесь аккуратно вытягивать соски большим и указательным пальцами. После массажа смажьте соски детским кремом или облепиховым маслом. Полезно также регулярно

делать обливание груди холодной водой.

Если все же появились трещины, поможет **кедровое масло**. Это превосходный поливитаминный препарат.

А **кедровое молочко** поможет мамам в период кормления малыша, если у него обнаружится непереносимость грудного молока. В этом случае кедровые орехи растирают в порошок и разбавляют его водой. Получается продукт, который по своей целебности ни в чем не уступает женскому молоку и является прекрасным его заменителем.

В период кормления женщина должна скорректировать свой рацион. Блюда из пшеницы необходимо исключить. Следует отказаться от мяса, сахара, цитрусовых, кофе, дынь, огурцов, слив, абрикосов, кураги, инжира, шоколада. Ограничить потребление томатов, клубники, тыквы, меда, орехов, икры, креветок.

Вместо них в меню включите ржаной хлеб, рыбу, говяжью печень, яблоки, клюкву. Должно съедать 1-2

орехов женщин было мало молока. Малыш не наедается. Чтобы

увеличить лактацию, рекомендуется включить в рацион хлеб с отрубями, тмином и анисом, парное коровье молоко, чай с малиной, морковь, морковный сок. А в **народной медицине есть такой совет:** съедать немного сельди и пить немного (!) пива. А также употреблять в небольшом количестве семена укропа, фенхеля, аниса, салата-латука со сметаной, ромашку, тмин, листья крапивы, Melissa (как отдельно, так и в сборах).

Иногда возникает другая проблема: у мамы много молока. Уменьшению лактации способствуют травяные чаи из листьев мяты перечной, ольхи, грецкого ореха, шишек хмеля.

А.Петренко

Энергетические добавки нужны старикам

Белковые препараты и энергетические добавки нужны не только людям, активно занимающимся спортом, но и престарелым. Как заявили британские ученые, которые проанализировали данные почти по 2,5 тысячи пациентов, то, давались ли участникам эксперимента подобные пищевые добавки, оказывало серьезное влияние на риск смерти от любых причин.

Авторы работы проанализировали результаты десятков исследований, которые они выявили по медицинским базам данных, пролистывая тематические журналы, собирая у ученых и производителей пищевых добавок сведения о неопубликованных еще результатах научных изысканий. Они отбирали рандо-



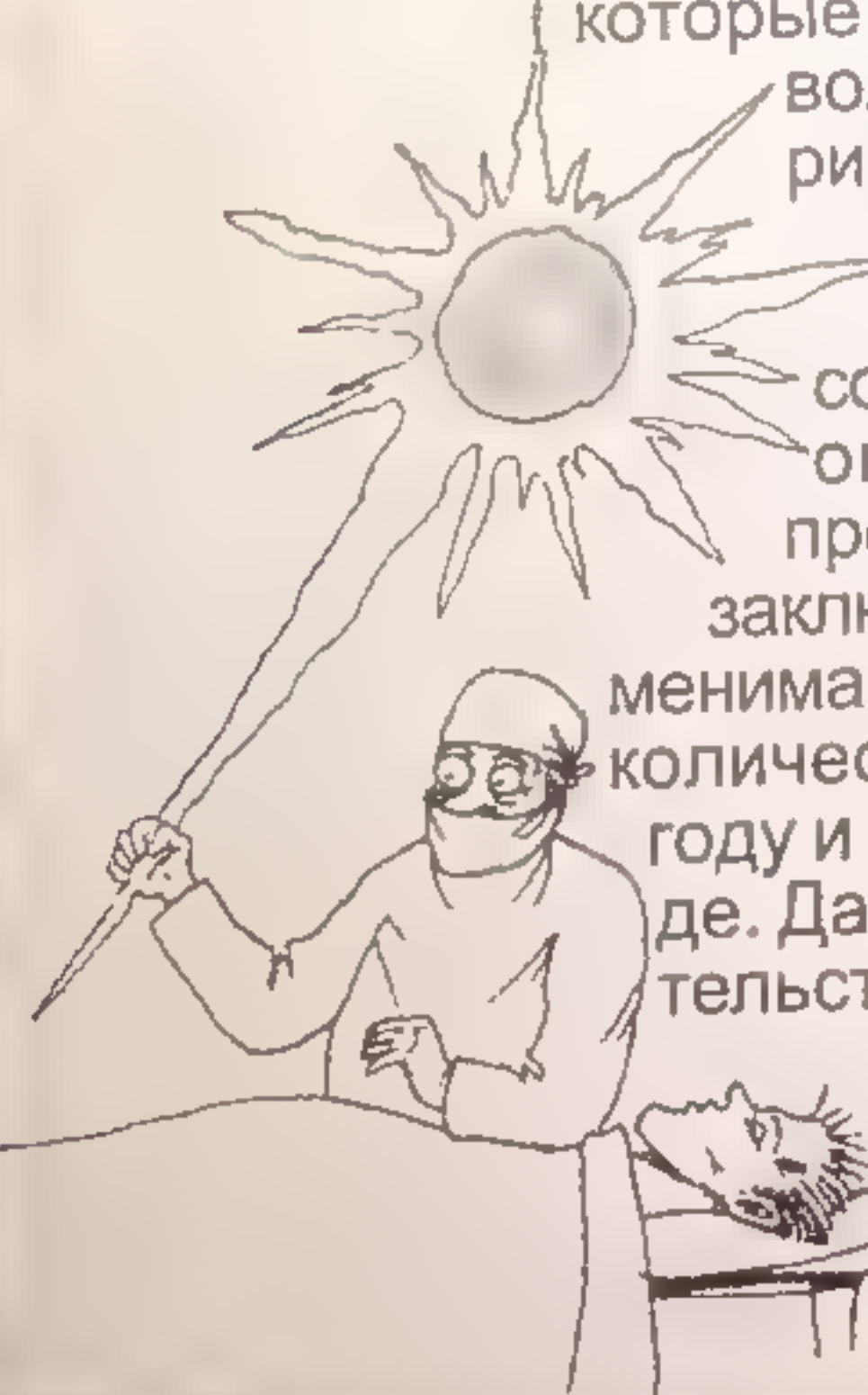
мизированные контролируемые исследования, в которых средний возраст участников был более 65 лет.

Исследователи под руководством доктора Милн из Университета Абердина обнаружили 31 подходящую работу с 2464 участниками. В среднем пищевые добавки давали 175-1000 калорий и 10-36 граммов белка в сутки. Анализируя имеющуюся информацию, ученые выявили, что при получении пациентами добавок снижалась вероятность смерти от всех причин. Существенной связи введения дополнительных питательных веществ с заболеваемостью, оценкой функционального статуса и качества жизни обнаружено не было. Результаты исследования появились в свежем номере журнала Evidence-Based Medicine.

Скальпель из солнечного луча

Медики из израильского Университета Бен-Гуриона изобрели скальпель из солнечного луча. С его помощью можно извлекать злокачественные опухоли и совершать все прочие операции, которые до недавнего времени были возможны лишь с использованием лазерного скальпеля. Как поясняет британский журнал Nature, на крыше больницы устанавливаются специальные «солнцеулавливатели»,

которые с помощью оптического волокна передают концентрированный солнечный свет в операционную. Опыты на мышах показали высокую эффективность таких операций. Единственная проблема новой технологии заключается в том, что она применима лишь в странах с большим количеством солнечных дней в году и только при хорошей погоде. Даже с учетом этого обстоятельства ученые считают, что у солнечного скальпеля большое будущее, поскольку его применение значительно дешевле, чем лазера.



Полиомиелит изведут к 2005 году

Представители Всемирной организации здравоохранения объявили, что вирус полиомиелита может быть истреблен во всем мире уже к 2005 году. Этот вирус изведен уже практически везде - 99% случаев заболевания приходятся всего лишь на четыре страны - Индию, Пакистан, Нигерию и Египет. Отдельные случаи отмечаются также в Афганистане, Сомали и Нигере. По утверждению ВОЗ, если правительства этих стран приложат необходимые усилия по иммунизации населения, то стереть вирус с лица Земли к 2005 году - вполне выполнимая задача.

Главное, считают во Всемирной организации здравоохранения, - это создать «иммунизационную» стену так, чтобы предотвратить распространение заболевания как внутри этих стран, так и вывоз его в другие государства. Если это не сделать сейчас, то существует опасность, что все усилия врачей по истреблению полиомиелита в мире могут пойти прахом, поскольку у мировой медицины появятся новые приоритеты.

Лихорадка субботней ночи

Наряду с известным побочным эффектом экстази - перегревом организма, который работники «скорой помощи» называют лихорадкой субботней ночи, - исследователи из медицинского колледжа Университета Джона Хопкинса в Балтиморе называют перманентное повреждение мозга, выражающееся в потере памяти и трясучке у любителей дискотек. Состояние эйфории и обострения восприятия, достигаемое при приеме экстази за счет выделения нейронами огромного количества серотонина, сменяется депрессией и невозможностью сконцентрироваться. Опыты с обезьянами продемонстрировали, что после одного ночного рейва наступала перманентная патология мозга и увеличивался риск заболеть болезнью Паркинсона. Ученые вводили три дозы экстази обезьянам в течение 9 часов. Одна обезьяна спустя несколько часов умерла от вызываемого экстази перегрева. Другая начала трястись уже после второй дозы так, что третью ей не вводили. Спустя 2 недели у оставшихся трех обезьян вскрытие показало, что системы, про-

изводящие серотонин и допаммин, подверглись необратимому истощению. Аксоны, передающие сигналы другим нервным клеткам, были повреждены. Аналогичные симптомы были выявлены и у обезьяны, получившей 2 дозы.

Ученые находят эти результаты настораживающими, так как некоторые любители экстази демонстрируют нарушения моторики - тремор и конвульсии - из-за грубого воздействия на допамминсеротинергическую систему нейронов.



Во всем виноваты мужчины

Нерадостную для представителей сильного пола статистику обнародовали сегодня на пресс-конференции андрологи. Врачи, которые специализируются на здоровье мужчин, констатируют неуклонное снижение их репродуктивной функции. В частности, по словам президента Профессиональной ассоциации андрологов Петра Щеплева, «такая тенденция наблюдается в последние 50 лет и характерна для всего мира. Причин этому множество: стрессы, состояние экологии, возрастающие нагрузки. Не идет на пользу мужскому здоровью и необходимость постоянно заботиться о благополучии семьи и так называемый трудовоголизм». Ухудшение мужской репродуктивной функции уже сейчас печально отражается на отечественной рождаемости. Сегодня во всех регионах России, за исключением Дагестана и Ингушетии, рождаемость опустилась ниже черты естественного воспроизводства.



Рука ревнивца

При покупке обуви мы нередко обнаруживаем, что одна нога чуть больше другой. Это не беда, абсолютно симметричных людей не бывает. Однако если асимметрия чересчур существенна, это влечет за собой некоторые проблемы. Канадские ученые пришли к выводу, что человек с руками, ногами (или даже ушами) разного размера больше склонен к ревности, чем собратья с равновеликими конечностями.

Предварительные исследования подтверждают, что владельцы несимметричных рук менее привлекательны для противоположного пола, меньшего добиваются на работе, имеют меньшее количество детей. Считается, что причиной тому - комплекс неполноценности, который неизбежно появляется у подобных особей и мешает нормально жить.

Видишь «разнолаплого» - настройся, что перед тобой Отелло. Но не все так плохо. Ревность у них легкого типа, проявляется только в стадии романтических отношений. Стоит асимметричному создать прочные отношения с партнером, как о минувших приступах ничто не будет напоминать.



ПОДЛИННАЯ ИСТОРИЯ КНЯЗЯ ДРАКУЛЫ

Если верить преданию, у Дракулы были выпученные глаза. Конечно, это мог бы быть признак гипнотических способностей, но более вероятно, что это признак базедовой болезни, которой так часто страдают жители горных стран. В жизни этого необычного человека — множество тайн, даже молву в Снаговском монастыре многие считают поддельной. Но определенно можно сказать только одно: людская молва никогда не преувеличивала его жестокости. Ему приходилось совершать героические поступки, сражаться за независимость своей родины. Но тем не менее он всегда оставался тираном и человекоубийцей. Таким был тот, кого при жизни звали Влад-третий Тепешь, и уже после смерти — просто Дракула.

Верующий монстр

В Румынии, в городе Сигитоаре, на Кузнечной улице стоит дом, построенный в XV веке. Считается, что именно здесь родился Дракула. Во всяком случае, точно известно, что в нем жил его отец, князь Влад Дракул. «Дракул» — в переводе с румынского означает «дракон». Князь Влад состоял в ордена дракона, ставившего своей целью покорение неверных с последующим обращением, их в христианство. У князя был три сына, но прославился только один из них.

В Румынии к Дракуле относятся с уважением и суеверным страхом. И тем не менее сегодня он считается ведущей фигурой эпохи национального становления страны, восходящего еще к началу XV века.

Крови он не пил

Сегодня трудно сказать каким был этот человек в личной жизни. Летописи и легенды сохранили лишь отдельные черты его характера, но за их достоверность трудно ручаться. Румынские историки считают, что Влад третий — жертва исторической несправедливости. С легкой руки романиста Брема Стокера, князь был оклеветан перед всем

миром. Извращенная фантазия англичан довершила дело. Нужно сказать, что Стокер действительно погрешил против истины: Влад не питался кровью своих подданных, предпочитая менее экзотические блюда. Но свое прозвище он носил более чем заслуженно.

Как воспитать чудовище?

Известно, что в юности князь провел несколько лет в Стамбуле, будучи заложником при дворе султана. Он и сам с детских лет проявлял свирепость, чрезмерную даже по тем временам. В Турции он познакомился с организованной жестокостью, возведенной в принцип управления го-



сударством. Впечатления того периода оказались решающими при формировании его характера. Турки были хорошими учителями, а Влад — понятливым учеником. Можно привести одну из историй, свидетелем которой он стал в молодости.

Турецкое гостеприимство

Турки, как гостеприимные хозяева, выращивали для пленных принцев привычные для них овощи. Однажды обнаружилось, что с грядки пропало несколько огурцов. Конечно, подозрение пало на садовников, и сразу же было принято решение — немедленно выяснить, что находится в их желудках. К радости визиря, его подозрение оправдалось — в пя-

том из разрезанных животов обнаружили пропажу. Виновному отрубили голову, остальным позволили попытаться выжить. И видимо, именно в периоде турецкого плена следует искать разгадку всей последующей жизни Дракулы.

Эффективнейшее средство воспитания

Позднее, став правителем, Влад придерживался принципов, против которых трудно возразить: объединение страны и освобождение ее от иноземных захватчиков, развитие торговли и ремесел, борьба с преступностью. Во всех этих областях он добился впечатляющих успехов. Но его методы также впечатляют своей оригинальностью.

Хроники повествуют — во времена его правления можно было бросить на улице золотую монету и через неделю поднять ее на том же месте. Никто в городе не рискнул бы даже прикоснуться к чужому золоту. И это происходило в стране, где двумя годами раньше воров и бродяг было больше, чем оседлого населения! Суд во времена Дракулы был простым и надежным: бродягу или вора, независимо от того, что он украл, ждали кол, костер или плаха. Та же участь была уготована всем цыганам как заведомым конокрадам и вообще людям праздным и ненадежным. Здесь умственно будет объяснить значение прозвищ, под которым вошел в историю Влад-третий. Тепешь — имя существительное, в буквальном переводе означающее «сажающий на кол».

Любимейший предмет

Заостренный кол в качестве орудия казни — жуткое изобретение Средневековья, применявшееся в основном в Турции. Кол загоняли в тело молотом либо насаживали осужденного на неподвижно закрепленное острие, привязав за ноги к упряжке лошадей. Тренированные палачи проводили эту процедуру столь ловко, что наколечник кола выходил из-под лопатки, не задев жизненно важных органов. Известны случаи, когда

жертва корчилась на вкопанном колу неделями, прежде чем приходила смерть.

Кол и стал любимым средством Влада для проведения внутренней и внешней политики. Таким способом были казнены десятки тысяч людей. Большинство составляли пленные турки и цыгане. Влад не жаловал праздно шатающихся бродяг. Он умел внушить ужас. До сих пор большая часть устных преданий о Дракуле сохранилась именно в самом неожиданном поступке. В этом и заключалась причина повальной честности населения Валахии в середине XV века. После того как тысячи воров погибли на кольях и живыми сгорели на кострах, охотников проверить свою удачу не находилось.

Тщательно и педантично

В своем палаческом усердии Тепешь не знал исключений. Он казнил людей вне зависимости от национальности и общественного положения. Кол оказался удивительно эффективным регулятором экономической деятельности. Когда несколько купцов, обвиненных в торговле с Турцией, были посажены на кол, сотрудничеству с турками пришел конец. Так же князь расправлялся и с боярской оппозицией — воевать с турками никто из бояр не собирался. Наместники султана никогда не покушались на привилегии боярских родов, требуя лишь лояльности и своевременную выплату дани. Бояре, встревоженные замыслами князя, начали плести сети заговоров. Но Влад именно этого и хотел. По случаю какого-то праздника пригласил в свою столицу чуть ли не всю валахскую знать. Огромное количество гостей, казалось, гарантировало их полную неприкосновенность. Роскошный пир прошел весело и закончился сюрпризом. По приказу хозяина пять сотен гостей были посажены на колья, не успев протрезветь. Таким образом проблема внутренних врагов была решена навсегда.

Терпение народа в этом государстве поражает. Он безропотно терпел такого государя больше десяти лет. Однако в этом феномене основное значение имел фактор внешней угрозы, постоянно висевший над придунайскими странами. Противовесом ужасу, который внушал Дракула своему народу, была гордость за его победу над турками. Всеми населению страны были понятны идеи, вдохновляющие Влада на его деяния. И был еще один важный фактор — религия. Благочестие князя граничило с фанатизмом, не умеряя его жестокости. Он с неизменной щедростью наделял

церкви и монастыри землей и деревнями. Союз креста и кнута обеспечивал молчаливое повиновение народа. Скорбь по тысячам казненных не обращалась в ярость против тирана, поскольку его власть поддерживалась церковью.

Тайные враги и их воспитание

Но был у князя враг, более опасный, чем турки. К северу от Бухареста шумели леса, зеленые дубравы простирались от Дуная до предгорий Карпат. За ними начиналось плоскогорье, пригодное для земледелия. Именно там саксонские купцы построили хорошо укрепленные города. Венгры называли эту страну Трансильванией. За полвека своего существования страна расцвела, ибо сразу же после возникновения стала одной из ветвей Великого шелкового пути. Богатство и благополучие делали ее очень привлекательной для любого завоевателя. Особенно это касалось Турецкой империи.

Местные купцы предпочли бы видеть на троне Валахии более сдержанного правителя. Амбиции Влада сделали Румынию костью в горле султана, подвергая опасности всех соседей этой страны. Естественно, отношения между Валахией и Трансильванией осложнились. Узнав о продолжающейся торговле с турками, Влад двинул свои войска на Трансильванию. Города были взяты штурмом, а затем 500 самых именитых граждан получили свою меру воспитательного воздействия. Их посадили на кол посреди городских площадей.

Гибельная неожиданность

Вскоре Влад вернулся домой. Но тут неожиданный удар нанес ему поверженный противник. Трансильванская торговая элита — небольшая кучка людей — воззвала к общественному мнению с помощью печатного слова. Средства нашлись. Вскоре был анонимно напечатан памфлет, где подробно описывались все зверства Тепеша. Туда же были добавлены и вымышленные подробности, касающиеся планов князя в отношении Трансильвании. Вполне естественно, что сей опус вызвал возмущение во всех европейских дворах. Но этим дело не ограничилось; венгерский король Дан решил действовать. В 1462 году турки неожиданно вторглись в страну. Влад не успел собрать войска и был осажден в замке. Оттуда он сумел тайно бежать в Венгрию, где был схвачен не рас-



считывавшим на такую легкую добычу королем. Он был заточен в темницу и просидел в ней 12 лет, пока король, убедившись в его преданности, не выпустил пленника.

Вскоре Влад женился и собрал войско, чтобы вернуть свой престол. Но его отряды были разбиты боярскими дружинами. После этого бояре, помня о посаженных на кол родственниках, потребовали выдачи князя.

Дракула решил принять смерть в бою. После его тело, разрубленное на куски, было разбросано по всей округе. Позднее монахи, не забывшие щедрости покойного, собрали его остатки и погребли.

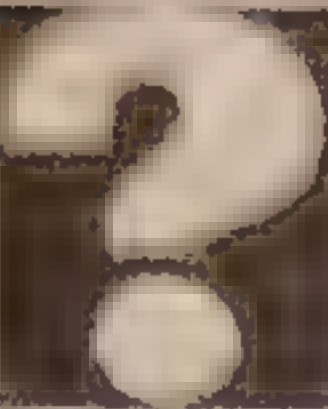
Дракула — историческое явление

Любопытно, что в позднем Средневековье встречались государственные лидеры, подобные Тепешу. Таков был дух времени, когда историческая необходимость требовала жесткими методами объединять раздробленные феодализмом страны. Таков был Людовик Святой во Франции, Иван Грозный в России. Всех их объединяет одно: они прославились лютой жестокостью, но, получив во владение слабые и раздробленные государства, оставили после себя сильные и могущественные страны. Но Владу, превзошедшему жестокостью всех, не повезло — и Румыния на века осталась частью Османской империи.

Посмертные похождения

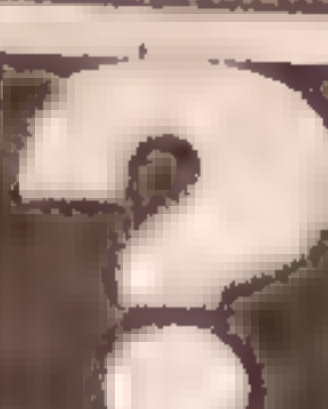
С точки зрения мистики, посмертные приключения князя — нонсенс. Известно для того, чтобы «успокоить» вампира, достаточно отрубить ему голову. Князь был разрублен на куски. Но, тем не менее, местные жители утверждают, что он не нашел покоя и после смерти. Днем он спит в развалинах замка, а ночью, в виде клыкастого вампира, рыщет в поисках жертв.

Подготовил доктор Морро.



Недавно у меня обнаружили миому матки. Правда ли, что можно обойтись и без операции?

САМО по себе наличие миомы не всегда является показанием к операции. Много зависит от самочувствия больной, наличия жалоб и т. д. Показаниями к операции могут стать кровотечения, приводящие к анемии, боли, быстрый рост узла, подозрение на перерождение миомы матки в злокачественную опухоль, нарушение кровоснабжения в узлах миомы, нарушение функций соседних органов (мочевого пузыря, кишечника), бесплодие (когда все другие причины уже исключены).



Примерно за неделю до начала менструации у меня появляются довольно обильные выделения из влагалища. До того как я стала жить половой жизнью, у меня таких выделений не было. Я надеюсь, что это не венерическое заболевание, потому что у меня всего один партнер и мы пользуемся презервативом. Но эти выделения меня беспокоят. А может быть, это нормально?

У МНОГИХ женщин с началом регулярной половой жизни меняется содержание гормонов в организме и усиливается выработка половых гормонов. В связи с этим во второй половине менструального цикла (с 14-го по 28-й день) у женщины выделения из влагалища могут увеличиться — это вполне нормально. Выделения бывают чаще всего прозрачные или слегка беловатые, могут быть слизистые, тянущиеся. Но при этом в первую фазу цикла, сразу после менструации, заметных выделений вообще быть не должно.

А вот если выделения имеют желтоватый, белый или зеленоватый цвет, творожистую консистенцию, какой-либо запах, вызывают зуд, жжение или вы испытываете другие неприятные ощущения, это может быть признаком какого-либо заболевания. В таком случае вам необходимо обратиться к врачу для обследования и соответствующего лечения.



Меня направили на УЗИ органов малого таза и впервые обнаружили полипы эндометрия. Насколько это опасно?

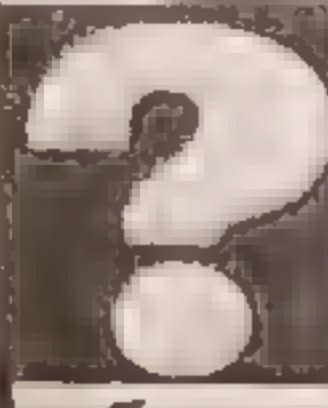
ПРЕЖДЕ всего надо провести дополнительное обследование — вам можно рекомендовать повторить УЗИ органов малого таза после очередной менструации, до 10-го дня менструального цикла.

Если диагноз подтвердится, с вашим лечащим доктором необходимо обсудить вопрос о проведении гистероскопии и раздельного диагностического выскабливания.



Правда ли, что эндометриоз может переродиться в рак?

Злокачественное перерождение очагов эндометриоза происходит очень редко, примерно в 1% случаев. Однако истинную частоту этого явления установить невозможно, так как точно не установлена частота самого эндометриоза. Известны случаи, когда у женщины при обследовании по поводу рака обнаруживают одновременно и очаги эндометриоза. Точно выяснить, является ли в данном случае злокачественная опухоль следствием эндометриоза или эти заболевания начались параллельно и независимо друг от друга, невозможно.



Мне поставили диагноз — вторичное бесплодие. Сдавала анализы на инфекцию, обнаружили цитомегаловирус и уреаплазму. Можно ли с таким диагнозом родить?

ПРИЧИН бесплодия много. Если в вашем случае, кроме ЦМВ и уреаплазмы, другие причины исключены, то к наступлению беременности нет никаких препятствий. Прежде всего необходима консультация иммунолога (назначение препаратов-иммуностимуляторов). Уреаплазмоз — условно патогенный возбудитель инфекций, но, если процесс острый, необходимо провести курс антибактериальной, противовоспалительной терапии.



У меня двое взрослых детей от первого брака, а недавно я вышла замуж второй раз, и нам с мужем хотелось бы иметь общего ребенка. Смущает только то, что мне 40, а мужу 45 лет. В нашем возрасте уже можно стать бабушкой и дедушкой, а рожать ребенка, наверное, поздно?

ЕСЛИ вы и ваш муж здоровы, то ваш возраст не является препятствием для рождения здорового ребенка. Желанная беременность в 40-45 лет — сегодня не редкость.

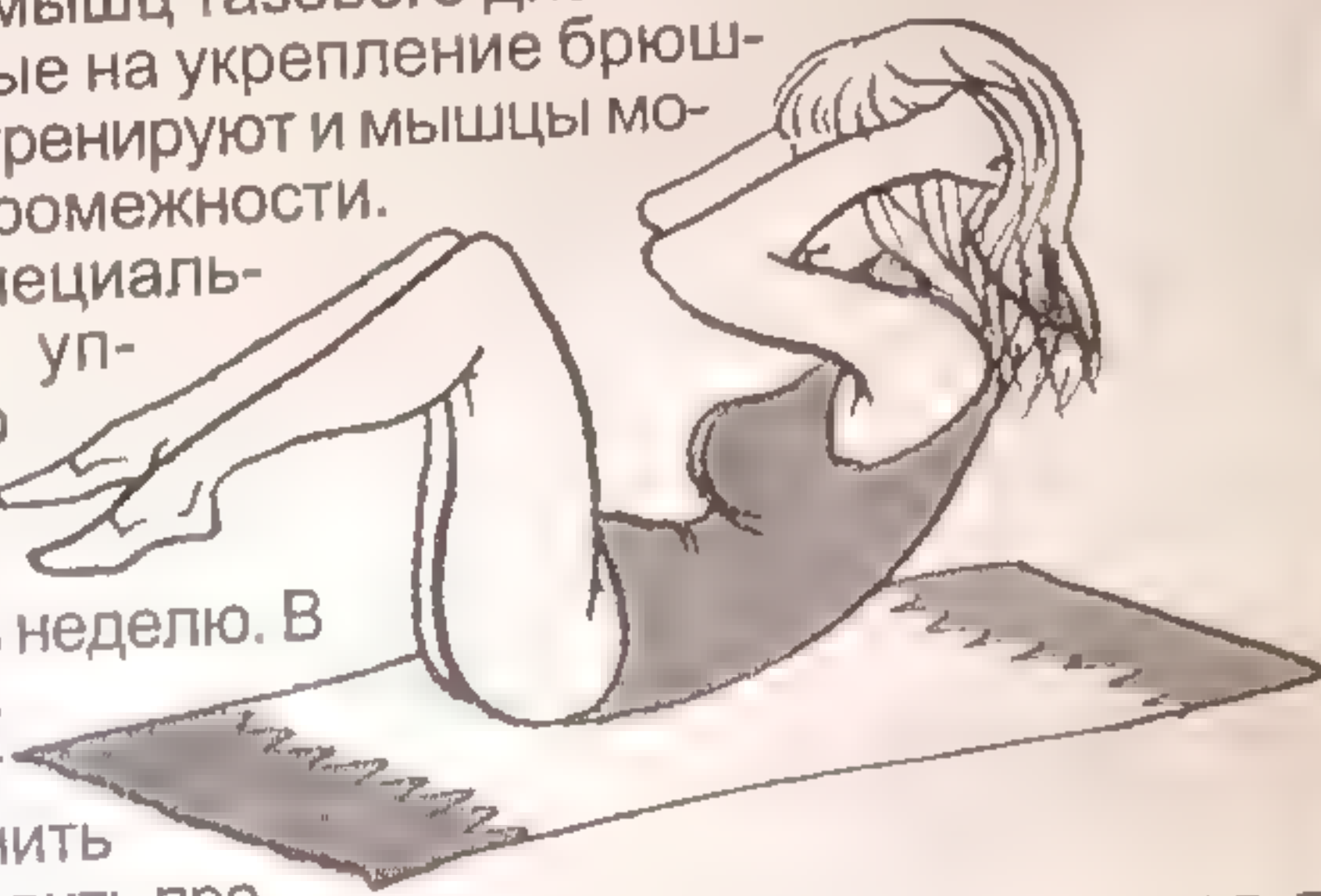
Разумеется, предварительно вам нужно пройти медицинское обследование. Кроме анализов, обязательных для всех будущих матерей (анализ крови на ВИЧ, гепатит, кардиограмма и др.), вам надо проверить состояние яичников, содержание гормонов, проходимость маточных труб, мужчине — сделать анализ спермы.

? У меня обнаружили какое-то образование на правом яичнике - не то киста, не то кистома. Вроде она содержит жир. Обязательно ли мне оперироваться? Удалят ли мне при этом яичник, смогу ли я иметь потом детей?

ДЕРМОИДНАЯ киста и кистома - это одно и то же. Есть у нее еще и третье название - тератома. Эти доброкачественные опухоли яичников могут быть и односторонними, и двусторонними, по размеру - как очень маленькими, так и довольно объемными - до 12-15 см в диаметре. Такие опухоли довольно коварны - очень редко вызывают какие-либо жалобы (поэтому их трудно диагностировать вовремя), а дают о себе знать, когда уже возникают осложнения - перекрут ножки опухоли, разрыв капсулы, нагноение содержимого кисты, что приводит к перитониту. К тому же эти опухоли могут перерождаться в злокачественные. Поэтому тератому надо удалять, как можно быстрее, как только она обнаружена при обследовании. При этом не обязательно удаляют весь яичник, чаще всего можно ограничиться резекцией (частичным удалением). Но объем вмешательства зависит от многих причин и определяется уже во время операции. Что касается беременности, то после такой операции она вполне возможна уже через месяц.

? Можно ли устранить опущение матки?

ПЕРВОЕ и самое простое, если, конечно, опущение не большое, - надо обязательно заниматься лечебной физкультурой. Это стоит попробовать обязательно, вреда не будет. Для укрепления мышц тазового дна полезны все упражнения, направленные на укрепление брюшного пресса, они тренируют и мышцы мочевого пузыря, промежности. Существуют и специальные комплексы упражнений. Но главное - делать их регулярно и не бросать через неделю. В ряде случаев это позволяет женщине сохранить здоровье, остановить прогрессирование заболевания. Если ситуация запущенная, то упражнения не спасут, необходима операция.



? Год назад мне сделали операцию по удалению матки (была большая миома), придатки сохранены. Сейчас мне назначили заместительную гормонотерапию. Это действительно обязательно? Я опасюсь, что наберу вес из-за этого.

НЕУДАЛЕННЫЕ яичники при таком объеме оперативного лечения сохраняют свою эндокринную функцию, которую можно определить при исследовании уровня гормонов в сыворотке крови. Если эти показатели не превышают нормы, то нет никаких оснований для назначения заместительной гормонотерапии.

? Была задержка менструации, а врач определил, что у меня уже третий месяц беременности. Получается, что менструации были во время беременности? Как же это так?

ЭТО действительно случается, и не так уж редко. - от 10 до 20% женщин в первые месяцы беременности имеют так называемые «менструальноподобные выделения». Они, как правило, более скудные, чем менструация. По срокам могут совпадать с правильными месячными. Такие выделения свидетельствуют о некоторых гормональных отклонениях в организме. Поэтому вам надо обязательно пройти обследование у акушера-гинеколога и более тщательно наблюдать за течением всей беременности, чтобы не допустить выкидыша.

Факт наличия беременности и определение ее точного срока (99,9%) дает анализ крови на хорионический гонадотропин. Этот анализ можно делать даже еще до срока ожидаемой менструации, он определяет уже 10-дневную беременность.

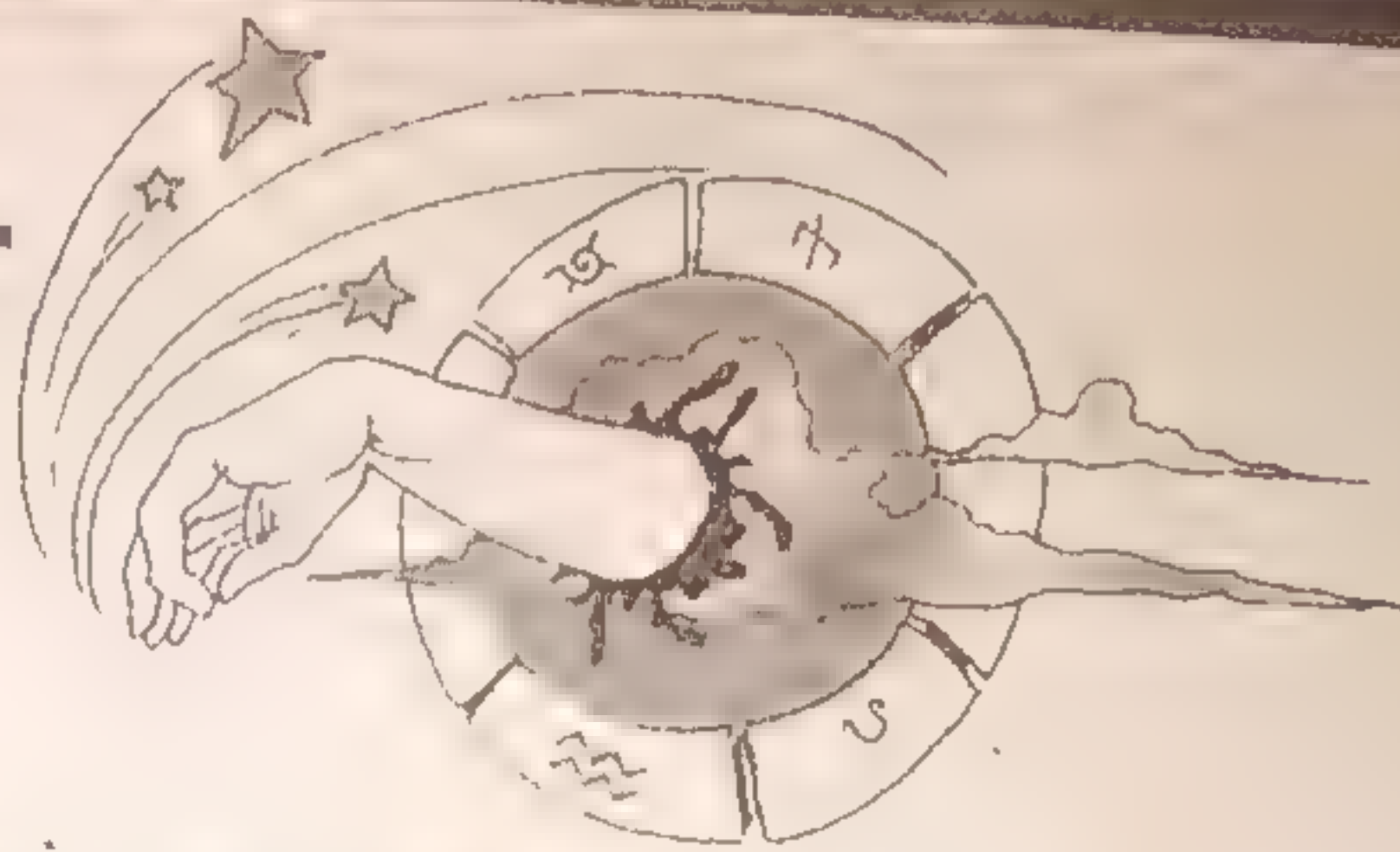
? Врач при осмотре сказала, что у меня эндометриоз. Что теперь делать, как лечить?

ПРЕЖДЕ чем поставить женщине такой серьезный диагноз, как эндометриоз, необходимо обязательно провести обследование, которое включает: осмотр специалиста гинеколога, ультразвуковое сканирование (лучше в динамике), тестирование на опухолевые онкомаркеры (специальный анализ

крови). При распространенных формах эндометриоза - компьютерная томография или ядерно-магнитный резонанс. Только по результатам обследования можно назначать консервативное лечение или решать вопрос об операции.



Семь раз отмерь — один отрежь



Первая неделя октября обещает быть довольно спокойной и умиротворяющей. Кажется, что дела пойдут на лад, проблемы где-то как-то решаются или отступают на задний план. В эти дни вы можете расслабиться, пообщаться с приятными вам людьми, посетить культурные мероприятия или заняться покупками тех вещей, о которых давно мечтали. Это также неплохой период для заключения браков. В первую неделю октября также хорошо решать все вопросы, связанные с ведением документации, отчетов, и любые дела, которые требуют большой внимательности и скрупулезности при их исполнении. После 8 числа наступит неплохой период для проведения массовых мероприятий, публичных презентаций, рекламных акций и т.п. Однако после 10 октября нас ожидают напряженные дни: люди станут более обидчивы и эгоистичны в любви и семье. Вместе с тем возрастает сексуальность и страстность, что проявится возникновением большого числа скоротечных и ярких романов. Однако имейте в виду: повышается восприимчивость к заболеваниям, передающимся половым путем. В плане здоровья стоит также обратить внимание на работу кишечника, мочевыделительной и эндокринной систем.

30 сентября - 2 октября Луна в Стрельце

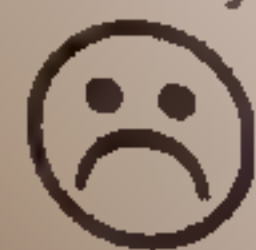


В эти дни многими людьми будет управлять идеалистический настрой, чувствительность к успеху, склонность к философствованию. Повышена интуиция, люди с чувствительной нервной системой способны на пророчества. Противопоказано лечить болезни крови и печени, так как печень очень уязвима в это время. Запрещены операции на печени и желчном пузыре, переливание крови, донорские процедуры. Разрешается лечение легких, выполнение дыхательных упражнений.

2 октября — благоприятный день для всевозможных новаторских начинаний, ваши нестандартные идеи будут благосклонно приняты окружающими.



Хороший период для духовной и интеллектуальной деятельности, учебы, решения юридических вопросов, дальних поездок, научной работы, начала учебы и дачи денег в долг. Подходящий период для удаления зубов и устройства праздничных вечеров.



Плохо для дел, связанных со строительством. Детям нужно напоминать о необходимости быть внимательными на дорогах.

2-4 октября Луна в Козероге

Мысли устремлены к практической стороне жизни.

Не вызывайте к эмоциям и чувствам собеседника — это бесполезно. Усиливается стремление поддержать свой престиж и честь, сохранить безупречную репутацию. Запрещены процедуры, связанные желчным пузырем, с обменом веществ, с кожей. Наиболее уязвимы кости — они становятся ломкими, поэтому существует большая опасность переломов. Противопоказаны все операции, связанные с зубами и позвоночником. Очень опасно в этот день обращаться к знахарям по поводу вправления костей и лечения позвоночника.

Рекомендуются процедуры, связанные с желудком и с диафрагмой. Эти дни являются «диетическими», так как желудок в это время мало чувствителен. В принципе, это время, подходящее для пищевых «развлечений». Можно пойти в гости, в ресторан. Показаны операции на желудке, лечение гастритов, язвенных болезней. Рекомендуются дыхательная практика.

3 октября — хороший день для интеллектуальной деятельности, общения, завязывания полезных знакомств и заключения важных



договоров

Хорошо для всех серьезных, тщательно продуманных дел, благоприятно для всего, что связано с горным делом, недвижимостью, различными механизмами.



Плохо для дел, требующих повышенной затраты энергии: для финансовых операций, общения с официальными лицами, влиятельными людьми. Неблагоприятно для бракосочетания, установления новых связей, перемещения по службе.

4-6 октября Луна в Водолее

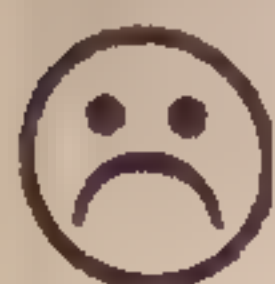
Лозунг этого периода: «семь раз отмерь — один отрежь». Людей раскачивает в стороны от крайнего оптимизма до крайнего пессимизма, объективная оценка реальности стерта. Противопоказаны все операции на суставах, процедуры, связанные с ногами, лечение артритов, нервной системы, органов чувств, глазных болезней. В это время глаза становятся уязвимыми. Противопоказаны все воздушные процедуры.

Зато рекомендуются все водные процедуры, если к этому есть показания. Показано лечение водой (особенно магнитной).

В эти дни можно задать большую работу сердцу, сосудистой системе, разгонять кровь. Рекомендуются различные физические упражнения и процедуры по накоплению физической энергии.

ГОРОСКОП НА 1-Ю ПОЛОВИНУ ОКТЯБРЯ

6 октября будьте осмотрительны в обращении с электроприборами, онем и острыми предметами, избегайте конфликтных ситуаций.



Хорошо для общественных дел и новаторских начинаний, которые будут быстро развиваться. Прекрасно для интеллектуальных и творческих дел, для установления неформальных связей, для организации культурных и развлекательных мероприятий. Хорошее время для покупки нового оборудования, аппаратуры и т.п., для подачи объявлений и рекламы.



Плохо для дружеских излияний (тайна не сохранится), для обмена письмами и общения с начальством. Необходима осторожность в обращении с электричеством, газовыми баллонами и ядохимикатами.

6-9 октября Луна в Рыбах

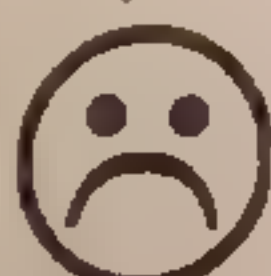


Период беспокойства, смутных страхов, появления чувства незащищенности. Одновременно обостряется память, наблюдаются всплески интуиции вплоть до ясновидения. У людей проявляются таланты, о которых они раньше и не подозревали. В это время не рекомендуется много пить жидкости (особенно спиртного!). Уязвимой становится кожа, повышается опасность аллергии. Запрещены операции и процедуры на органах чувств, на печени и ногах. В эти дни надо меньше ходить, так как ноги становятся чувствительными, надо надевать мягкую обувь. В сильной степени возрастает опасность грибковых заболеваний. Запрещается массаж ног, водные процедуры, приём наркотических средств, лекарственных препаратов.

7 октября – неблагоприятный день для решения важных дел. Умерьте физические нагрузки на организм, не перенапрягайте нервную систему.



Хорошо для выезда на природу, юридических дел, для поездок, для вступления в брак, вложения капитала в дело. Прекрасно для творческой работы и выступления перед общественностью.



Плохо для больших начинаний, для излишеств в наслаждениях, требуется осторожность в обращении с огнестрельным оружием и ядовитыми веществами. Здоровье требует повышенного внимания.

9-11 октября Луна в Овне



В эти дни люди очень эмоциональны, активны и легко возбудимы. Многие в этот период ощутят творческий подъем. Становится уязвимой голова, поэтому запрещаются все операции на голове и лице (включая пластические). Нельзя в эти дни концентрировать внимание, переутомляться. Считается, что в эти дни хорошо работают почки. Поэтому рекомендуется операции и процедуры, связанные с почками, проводить в эти дни.

11 октября для вас могут открыться новые перспективы. Попробуйте подойти к решению проблем с нетрадиционной точки зрения – и обязательно все получится.



Хороший период для всех дел, которые могут и должны быть быстро улажены. Благоприятно для всего связанного с техникой, промышленностью, химией. Хорошо для общения с начальством, для запланированных поездок.



Плохо для всего, что грозит стать затяжным. Неудачно для вступления в брак, денежных операций, долгосрочных капиталовложений, заключения договоров.

11-14 октября Луна в Тельце



Присутствие Луны в этом знаке располагает к доверию: становится легче понять друг друга, люди более обходительны, готовы проявить широту души.

Появляется шанс достичь деловых успехов в материальной сфере. Усиливается тенденция к здоровьесмыслию. Становятся уязвимыми горло и вся эндокринная система. Нельзя проводить операции на шее, на горле. Когда Луна находится в Тельце, горло сильно перегружено и, кроме того, возникает большая чувствительность человека к продуктам питания. Поэтому в это время не следует питаться чем попало. Но голодать тоже нельзя – надо употреблять хорошую пищу и соблюдать диету. В это время показаны операции и процедуры, связанные с половыми органами. Но запрещается воздействие на горло, уши, органы эндокринной системы:

железы внутренней секреции.

13 октября многие ощутят прилив сил и способность «свернуть горы». Возможность разрешить сложные вопросы сегодня действительно присутствует, однако не стоит слишком давить на окружающих.



Хорошо для всего, что требует длительного времени для реализации или долго остается актуальным – для любви, брака, новых знакомств (особенно женщинами и художниками). Прекрасно для всего, что касается моды, украшений, купли-продажи недвижимости.



Неблагоприятно для всех дел, которые связаны с риском и авантюрой.

14-16 октября Луна в Близнецах

Подвижность и легкость мышления будут способствовать общению и помогут в эти дни завязать необходимые знакомства. Избегайте поверхностных оценок и не принимайте поспешных решений.

Противопоказаны все легочные процедуры, а также все дыхательные процедуры, т.к. легкие становятся очень уязвимыми. Могут проявиться затруднение дыхания, одышка, усилятся аллергические реакции. В это время, естественно, запрещаются операции на легких, бронхах, но разрешены все «кровооточивые» процедуры, прием лекарств, разгоняющих кровь и показанных для печени. Под угрозой травм находятся плечи и руки.

16 октября – хороший день для коммуникаций, люди легки на подъем и восприимчивы к новым идеям.



Хорошо для всего связанного с общением, установлением всех видов связи, для краткосрочных дел, для информации и рекламы. Благоприятно для торговых сделок, банковских операций, деловых встреч и переписки.



Неблагоприятно для всего затяжного, требующего много времени на реализацию. Для всех мероприятий, касающихся любви, брака, партнерства. Неподходящее время для купли-продажи недвижимого имущества, для приема на работу новых сотрудников.

Звездочет Вега

Я вышла замуж по любви за того человека, за которого и хотела выйти. Сначала мы жили неплохо. Он был военным. Служил в Подмосковье. Затем нас направили в Узбекистан. Вот оттуда и началось мое горе, мой муж стал наркоманом. А у нас сын. Позже его перевели в Тулу. Но он уже, как говорится, сошел с пути истинного. Он стал пить и пил по-черному. Его уволили. А мои мученья продолжались. Наконец я не выдержала, мы разошлись. Я с сыном уехала в г.Макеевку к своим родителям. А сын не выдержал всего этого и заболел. Очень долго я с ним мучилась, пока не нашла путь в вашу газету. Особенно заинтересовала рубрика «Консультации специалиста» и «Себя исцелил и вам помогу». Вы знаете, я столько обращалась к разным бабкам-шептуньям, всякого рода прохиндеям, что совершенно в них разуверилась. А тут взвешенные, солидные статьи. Чувствуется рука врача-практика. И я поверила.

Спасибо вам большое за помощь. Вы сняли камень с моей души. Всю жизнь я буду помнить о вас и благодарить. Счастья вам всем и здоровья.

Валерия Лунько, г.Макеевка

У меня две дочери. Старшая вышла замуж, и очень неудачно. Жизнь у нее не сложилась. Вскоре они с мужем разошлись. После этого она тяжело

заболела и попала в психоневрологический диспансер. С течением времени ей становилось все хуже и хуже. Лечение не помогало.

Я знакома с газетой «Сид» и решила обратиться к ней за помощью, советом. К несчастью, я покупала газету от случая к случаю, поэтому пришлось обращаться к знакомым за недостающими номерами. «Духовное здоровье», а конкретно - статья «Слово разрушающее и исцеляющее», оказала ту помощь, на которую я все время надеялась, но ни от кого не могла получить. И все получилось. Мне помогла газета.

Сейчас я, конечно, успокоилась. Все в доме стало нормально. Я и моя младшая дочь наконец обрели спокойствие. От души мы все трое благодарим вас за оказанную помощь.

Настя Разуменко, г.Донецк

В связи с неправильным питанием, нервной работой у меня стал болеть желудок. Сначала я терпела, не обращала внимания, потом пришлось обратиться в больницу. У меня уже была язвенная болезнь желудка и 12-перстной кишки. Так я прожила 11 с лишним лет. А это значит, что невозможно съесть то, что тебе хочется, строго соблюдать диету необходимо, есть все только диетическое. Я постоянно читала рецепты в вашей газете. Они мне в общем-то не помогали. Тогда я обратилась с письмом к вам. Ответ

пришел незамедлительно, с теплым, человеческим напутствием. В письме лежала фотография пани Ангелины с ее призывом «Быть добру». Часто, вглядываясь в тонкие черты этой невероятной женщины, я думала: какую жизнь она прожила, что подвигло ее бескорыстно помогать людям, смогла бы я? Я настраивала себя на добро и свет, которые так и лучатся из ее глаз.

Результат получился очень даже желательный, за что вам большое спасибо. Я ваша поклонница, выписываю все ваши газеты. С большой благодарностью к вам.

Лидия Исаченко, г.Коростень

С детских лет я слаб здоровьем. Особенно меня донимала болезнь почек. В больнице я стоял на учете, давали мне путевки в санатории. Вроде бы немного легче стало. Но потом путевок стало невозможно достать. Болезнь вернулась. Стал я обращаться к целителям и др. В результате мне помогла редакция газеты «Самоисцеление и долголетие». «Советы практикующего знахаря» и народные рецепты — это то, что для меня необходимо. Возможно, даже я уверен, что есть прекрасные урологи, но мне с моими скудными финансами о них и мечтать не приходится — а тут, как говорится, дешево и сердито.

Сначала я не поверил, что такое может быть. Но ведь действительно боли ушли, их нет. Огромное вам спасибо от человека, долгие годы страдавшего тяжелой болезнью.

*Эдуард Писаренко,
г.Изюм Харьковской обл.*

Я прожила более 40 лет, и всю жизнь мне очень не везло, ни в мелочах, ни по-крупному. За это время я уже до того привыкла к невезению, что покорилась всем неудачам, подстерегавшим меня везде и во всем. Но пару лет тому я прочитала вашу газету, попавшую мне в руки впервые, и поняла, что здесь мне могут помочь. Я обратилась к вам. Как ни странно, заинтересовала меня заметка о лечении мудрами и большая статья о медитации. Вот уж действительно: Восток — дело тонкое!!

И помощь действительно пришла. Сейчас у меня все хорошо. Жизнь наладилась. Все у меня получается. Можете себе представить, как я счастлива. Я так благодарна вам.

Ирина Белкина, г.Дружковка

КОНКУРС ДЛЯ ПОДПИСЧИКОВ УСЛОВИЯ

Участвуют читатели газеты, подписавшиеся не менее чем на 6 месяцев.

1. Необходимо собрать отрывные талоны газет с №13 по №18 за 2003 год (итого 6 штук.).

2. Заполнить произвольно клеточки ☒ ☐

3. В этом номере опубликован особый купон, в который необходимо в произвольном порядке наклеить все отрывные талоны и выслать в редакцию по адресу: 83087, г. Донецк, а/я 2314, (в России - 111141, г. Москва, а/я 473, Краснобельмова Н.Б.) вместе с копией квитанции о подписке.

4. Победители будут награждены призами: «ЛЮСТРАМИ ЧИЖЕВСКОГО».

5. Призовой купон третьего этапа конкурса (участвуют номера с 13-го по 18-й) будет опубликован в №20 за 2003 г.

Для подписчиков, не получивших призы, розыгрыш продолжится, но участвовать уже будут талоны газеты с №19 по №24 за 2003 г. Читатели, имеющие годовую подписку, будут участвовать в розыгрыше до конца года (т.е. 4 раза), полугодовую - в том полугодии, на которое оформлена подписка, т.е. 2 раза. Удачи вам.

Редакция

ОТРЫВНОЙ
ТАЛОН

№18			
-----	--	--	--

ОСОБЫЙ
ТАЛОН

Участвуют отрывные
талоны газет
с №13 по 18 за 2003 год
Выслать до 15.10.2003 года

ПРИМЕР
ЗАПОЛНЕНИЯ

№			
№			
№			
№			
№			
№			

№13	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
№14	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
№15	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
№16	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
№17	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
№18	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Европарламент запрещает стволовые клетки

ЕВРОПАРЛАМЕНТ собирается ввести запрет на эксперименты со стволовыми клетками человека, первые результаты которых казались многообещающими для лечения неизлечимых пока заболеваний. В настоящий момент такие эксперименты разрешены только в Великобритании, в других странах ЕС они либо запрещены, либо законодательство в этой области отсутствует.

Для того чтобы решение имело законную силу, законопроект должен пройти Европарламент еще раз, а затем быть утвержденным большей частью правительств стран - участниц ЕС. Британские политические деятели и представители организаций, отстаивающие права ученых на проведение экспериментов со стволовыми клетками человеческих эмбрионов, осудили решение парламентариев.

Один из членов Европарламента, представитель британских лейбористов Дэвид Боу (David Bowe), заявил: «В отношении этого в Европе нет единого мнения, это решение действительно должно быть оставлено каждой стране в отдельности». Он выразил уверенность, что законопроект не будет утвержден при его следующем обсуждении членами Европарламента.

Свое недовольство выразили и представители ряда ведущих научных и медицинских организаций, которые уверены в необходимости продолжения экспериментов с эмбриональными клетками. Среди них Совет по медицинским исследованиям, Королевское научное общество, Общество болезни Паркинсона, Фонд исследований ювенильного диабета и некоторые другие.

Стволовые клетки, полученные от эмбрионов, могут дать начало любой ткани и любому органу, поэтому они считаются перспективными для лечения многих заболеваний, включая болезнь Паркинсона, диабет, инсульт, инфаркт. Однако многие видят большую этическую проблему, потому что считают, что при этом погибает человеческое существо и это противоречит нормам морали.

Против солнца и перца

ХИМИЧЕСКИЙ механизм восприятия боли расшифрован американскими учеными под руководством доктора Дэвида Джулиуса.

Специалистам и ранее было известно, что, например, красный перец оказывает жгучее действие из-за присутствия в нем капсаицина. Однако никому в течение многих лет не удавалось идентифицировать рецепторы, через которые оно оказывало болевое воздействие на нейроны.

Теперь, как считают ученые, эта задача решена. Установлено, что химический механизм передачи боли идентичен как при солнечном и другом ожоге, так и при поражении химическими веществами и даже при... изжоге. Доктор Джулиус, мнение которого приводит журнал Nature, считает, что расшифровка механизма передачи боли нейронам поможет скорейшему созданию принципиально новых обезболивающих препаратов и методов.

ШАРОВЫЕ МОЛНИИ ПОРАЖАЮТ ЛЮДЕЙ

Принято считать, что молнии - это проявление слепых сил природы. Но многочисленные факты заставляют в этом усомниться.

В один из летних вечеров в тexasком городке молодой священник лежал у себя дома у раскрытого окна. Вдруг он увидел, что в комнату влетел светящийся шар размером с апельсин. Шар, выпустив тонкие щупальца, двинулся вдоль стен и начал «ощупывать» электроприборы: электронные часы, магнитола, телевизор. Впоследствии выяснилось, что после этого вышел из строя телевизор. Закончив «осмотр», шар завис посреди комнаты.

ла молния, парализовав правую часть тела. Кое-как оправившись от шока, офицер во время прогулки в парке в 1930 году снова попал в грозу, и удар молнии парализовал его полностью. Вскоре после этого несчастный скончался.

Американца Р. Салливана молнии поражали семь (!) раз. В 1942 году молния обожгла палец на ноге, через 27 лет молнией ему сожгло брови, в 1970 году было обожжено плечо. Еще через два года Салливану

Информация к размышлению

Вероятность получить удар молнии в течение года в человеке равняется 1/600 000.

В среднем на Земле происходит 100 разрядов молнии в секунду. За год это число достигает трех миллиардов.

Молния имеет температуру в миллиард вольт, сила тока достигает 100 тысяч ампер.

Молния может вызвать пожар, чтобы заставить человека задуматься о безопасности в течение трех месяцев.

Молния может вызвать раз выше температуры кипения воды.

Молния может вызвать пожар, чтобы заставить человека задуматься о безопасности в течение трех месяцев.

Молния может вызвать пожар, чтобы заставить человека задуматься о безопасности в течение трех месяцев.

Молния может вызвать пожар, чтобы заставить человека задуматься о безопасности в течение трех месяцев.

Молния может вызвать пожар, чтобы заставить человека задуматься о безопасности в течение трех месяцев.

Молния может вызвать пожар, чтобы заставить человека задуматься о безопасности в течение трех месяцев.

Молния может вызвать пожар, чтобы заставить человека задуматься о безопасности в течение трех месяцев.

Молния может вызвать пожар, чтобы заставить человека задуматься о безопасности в течение трех месяцев.

Молния может вызвать пожар, чтобы заставить человека задуматься о безопасности в течение трех месяцев.

Молния может вызвать пожар, чтобы заставить человека задуматься о безопасности в течение трех месяцев.

Молния может вызвать пожар, чтобы заставить человека задуматься о безопасности в течение трех месяцев.

Молния может вызвать пожар, чтобы заставить человека задуматься о безопасности в течение трех месяцев.

Молния может вызвать пожар, чтобы заставить человека задуматься о безопасности в течение трех месяцев.

Молния может вызвать пожар, чтобы заставить человека задуматься о безопасности в течение трех месяцев.

Молния может вызвать пожар, чтобы заставить человека задуматься о безопасности в течение трех месяцев.

Молния может вызвать пожар, чтобы заставить человека задуматься о безопасности в течение трех месяцев.

Молния может вызвать пожар, чтобы заставить человека задуматься о безопасности в течение трех месяцев.

Молния может вызвать пожар, чтобы заставить человека задуматься о безопасности в течение трех месяцев.

Молния может вызвать пожар, чтобы заставить человека задуматься о безопасности в течение трех месяцев.

Молния может вызвать пожар, чтобы заставить человека задуматься о безопасности в течение трех месяцев.



ки или проказы. Бывало, что молния испаряла со спящих женщин золотые или серебряные серьги или браслеты, оставляя кожу нетронутой. Согласно итальянским летописям 1773

года, на приеме у лорда Тайлинеза в Неаполе в присутствии 500 человек влетевшая в зал молния сорвала позолоту с картин, мебели и перенесла ее на стены зала.

Другая молния в 1895 году в США повторила эту шутку. Она содрала серебряное покрытие с висевшего на стене меча и перенесла на кошку, которая мирно дремала на тахте.

Иногда шаровые молнии словно пытаются подружиться с людьми. Как-то летом в грозу в своем доме итальянский профессор Джунтини затеял с друзьями научный спор. Внезапно появился ослепительный шар зеленого цвета, два раза облетел комнату, а потом завис между людьми, словно подслушивая их. Затем шар вылетел в раскрытое окно.

Подобный случай зафиксирован и в городе Артемьевске Свердловской области. Голубой шар около 15 сантиметров в диаметре во время грозы влетел в комнату через форточку. Шар описал полукруг стола, за которым разговаривали люди, повисел над ними несколько секунд и был таков.

Может быть, шаровые молнии - посланники иной цивилизации, которые пытаются нас понять и изучить?

Может быть, шаровые молнии - посланники иной цивилизации, которые пытаются нас понять и изучить?

Может быть, шаровые молнии - посланники иной цивилизации, которые пытаются нас понять и изучить?

Может быть, шаровые молнии - посланники иной цивилизации, которые пытаются нас понять и изучить?

Может быть, шаровые молнии - посланники иной цивилизации, которые пытаются нас понять и изучить?

Может быть, шаровые молнии - посланники иной цивилизации, которые пытаются нас понять и изучить?

Может быть, шаровые молнии - посланники иной цивилизации, которые пытаются нас понять и изучить?

Может быть, шаровые молнии - посланники иной цивилизации, которые пытаются нас понять и изучить?

Может быть, шаровые молнии - посланники иной цивилизации, которые пытаются нас понять и изучить?

Может быть, шаровые молнии - посланники иной цивилизации, которые пытаются нас понять и изучить?

Может быть, шаровые молнии - посланники иной цивилизации, которые пытаются нас понять и изучить?

Может быть, шаровые молнии - посланники иной цивилизации, которые пытаются нас понять и изучить?

Может быть, шаровые молнии - посланники иной цивилизации, которые пытаются нас понять и изучить?

Может быть, шаровые молнии - посланники иной цивилизации, которые пытаются нас понять и изучить?

Может быть, шаровые молнии - посланники иной цивилизации, которые пытаются нас понять и изучить?

Может быть, шаровые молнии - посланники иной цивилизации, которые пытаются нас понять и изучить?

Может быть, шаровые молнии - посланники иной цивилизации, которые пытаются нас понять и изучить?

Может быть, шаровые молнии - посланники иной цивилизации, которые пытаются нас понять и изучить?

Может быть, шаровые молнии - посланники иной цивилизации, которые пытаются нас понять и изучить?

Может быть, шаровые молнии - посланники иной цивилизации, которые пытаются нас понять и изучить?

Может быть, шаровые молнии - посланники иной цивилизации, которые пытаются нас понять и изучить?

Может быть, шаровые молнии - посланники иной цивилизации, которые пытаются нас понять и изучить?

В Украине: рег. уд. КВ 2847 от 3.10.97.

Учредитель и главный редактор С. Я. КОСТАНДА

В России: рег. № 018633 от 25.03.99.

Учредитель А. Н. Мозжухина

Издатель и редактор Н. Б. Краснобельмова

111141, г. Москва, а/я 473

E-mail: s.kostanda@mail.ru; iskra_uat@yandex.com

http://www.zona.com.ua/www/index.htm

Главный редактор С. Я. КОСТАНДА

Отпечатано в типографии МИХАИЛОВА г. Смоленск

Тираж 10 200 экз. Общ. тираж 17 000 экз.

348218

Мнение авторов может не совпадать с мнением редакции. Перепечатка статей — с разрешения редакции.

Рукописи не возвращаются. Просьба: не использовать газету в хозяйственных целях.

Если вы уже прочли газету, подарите ее друзьям или соседям.

6-50
ноябрь 2003 г.

Медицина. Альтернативный подход

САМО ИЩЕЛЕНИЕ ДА ДОЛГОЛЕТИЕ

Основана в 1994 году, выходит 2 раза в месяц

Подписной индекс: для Украины 41332
для России 99243,
15602

Глобальные катастрофы:
Пророчества ясновидящей совпадают
с прогнозами Чинжевского

Закалка организма

Закуска в магнитной буре

Дерматология
в вопросах и ответах

Как избавиться
от камней в почках

Бесплодие излечимо

Мигрень... Как много в этом слове...

№ 22 (НОЯБРЬ)
2003 ГОД
В НОМЕРЕ:

Слово к читателю	2
Магия прикосновения	3
Народная мудрость	4
Кладовая здоровья	5
В лабораториях мира	6
Закаляйся. И не надо докторов	8
Чем дробить камни?	10
Нефриты: лучшее лечение - профилактика	11
Аденома - цена потенции	12
Мужское здоровье	13
Спиши рецепт	14
Внемли совету	15
Мигрень... Как много в этом слове...	16
Из заветной тетрадки	18
Когда ветрянка «прилетела»	20
Закуска к магнитной буре	21
Со всего света	22
Разъяренное солнце	24
На вопросы отвечают специалисты	26
Гороскоп на 1-ю половину декабря	28
Лечебные овощи	30
Полезная страничка	31
Очей очарованье	32

На заметку

Огромная просьба к нашим читателям высылать чистый конверт и марки. В противном случае редакция не сможет отвечать на ваши письма.

Качество – суть газеты

Читатели нашей газеты – народ особый. Взыскательный, дотошный, отзывчивый, словом, разный – и потому крайне интересный. Они долго выбирают, прежде чем подписаться на газету. Но если уж подписываются – значит, любят и верят.

Убедиться в этом несложно. За 10 лет (и каких лет!) редакция получила массу корреспонденции. Кто-то благодарит за то, что помогли сохранить здоровье, семью, кто-то делится своими радостями и бедами. Кто-то... Да разве все перечислишь.

Приятно, что в последнее время люди стали возвращаться к качественному чтению. Пресытившись примитивными кроссвордами, убогой эротикой, переводной беллетристикой сомнительного качества, читателей потянуло на свое. Кстати, как написано в толковом словаре Даля: «качество – суть вещи».

И коллектив редакции рад, что наши читатели на встречах, в письмах, телефонных звонках после слов благодарности автору за тот или иной материал отмечают профессионализм и качество подачи текста. Отрадно, что нас читают, нам верят, относятся с добром. Это ко многому обязывает. Ведь если в журналистике исчезает доброта, то бал начинают править проходимцы.

Доверяем и мы своему читателю. Рецепты, советы, рекомендации наших читателей не сходят со страниц «Сид». В будущем мы намерены размещать в газете фотографии авторов лучших публикаций. Вместе мы постараемся, чтобы газета стала еще поучительней, лучше и интересней. По-прежнему на страницах «Сид» вас ждут встречи с «донским Нострадамусом» В. Соломиным и загадочной целительницей из Польши пани Ангелиной (мы заручились их твердым словом), народными целителями, врачами-практиками.

Все это время мы получаем немало писем читателей, в которых они рассказывают о своих проблемах, пожеланиях, дают оценку вышедшим номером и отдельным материалам. Почти в каждом письме немало частных вопросов, касающихся в основном медицинской тематики, и общих: о тенденциях развития народной медицины, будущем целительства.

Назрел разговор и о новом «лице»

газеты. Читатель обратил, конечно, внимание на резкое падение тиражей всех газет и журналов. В таких случаях необходим критический анализ собственной работы, ошибок и упущений. Все это в редакции делается не от случая к случаю, но регулярно. И в дальнейшем мы приложим все усилия, чтобы поднять качество публикаций и журнала в целом.

Но хотелось бы, чтобы читатели знали, в какие условия поставлена сегодня печать, особенно если издание не практикует «забивать» каждую вторую газетную полосу рекламой и не имеет спонсора-толстосума. Достаточно сказать, что затраты и налоги на доходы газеты, доходящие в общей сложности до 80% от продажной цены, делают почти невозможной прибыльную работу...

Мы понимаем, что на фоне экологических, экономических и прочих трудностей газетные проблемы кажутся малыми... И тем не менее. В условиях сплошной коммерциализации медицины, растущих цен на лекарства все больше людей отдают предпочтение народной медицине, фитотерапии и гомеопатии.

И в этой ситуации наша газета становится просто необходимой в каждой семье, позволяя сэкономить немалые средства. Это проверено временем.

Напоследок от всей души хочу поблагодарить читателей и подписчиков. И напомнить, что уже идет подписная кампания на следующий год. В новом году мы подготовили для вас сюрприз: газета «Сид» будет выходить в журнальном варианте, приобретет современный дизайн, разнообразит конкурсы и тематику.

Так что - до новых встреч, и оставайтесь с нами.

А.Варава

Магия

прикосновения



Прикосновением можно вдохнуть жизнь.

Знают об этом все женщины, но мало кто из мужчин об этом догадывается.

Исследования, проведенные на обезьянах, показали, что малое количество прикосновений к только что родившимся животным ведет к депрессии, болезням и преждевременной смерти. Аналогичные результаты получены и при обследовании брошенных детей. При обследовании детей в возрасте от десяти недель до шести месяцев было установлено, что у матерей, которых научили регулярно гладить своих детей, младенцы гораздо реже заболевали простудой и другими заболеваниями.

Другое исследование показало, что женщины заболевшие неврозом или впавшие в депрессию, приходили в норму быстрее в прямой зависимости от того, сколько раз их утешали, обнимали, и от времени продолжительности этих объятий. Антрополог Джеймс Прескотт, первый ученый, обративший внимание на связь между воспитанием маленьких детей и насилием, установил, что в обществах, где детей редко ласкают, наблюдается значительно более высокий уровень насилия среди взрослых. Ведь нетрудно догадаться, что дети, воспитанные в ласке, превращаются в более здоровых и более счастливых взрослых.

Сексуальные насильники и развратители детей обычно имеют прошлое, для которого характерны одиночество, насилие, недостаток ласки. Часто случается, что их детство прошло в казенных воспитательных учреждениях. Во многих культурах, не практикующих прямую ласку, в семьях обычно есть кошки и собаки, которые позволяют прикасаться к ним. Терапия с помощью животных считается отличным средством для преодоления неврозов. Примером тому являются англичане, известные своей антипатией к прикосновениям. Однако они, как известно, обожают своих маленьких питомцев. Французы шутят, что даже притиснутый к своему брату в метро англичанин отчаянно притворяется, что он один.

Как вы думаете, какой орган тела человека самый большой?

Это кожа - самый большой орган тела, имеющий площадь около двух квадратных метров. По этой поверхности неравномерно распределены приблизительно 2 800 000 рецепторов боли, 200 000 рецепторов холода и 500 000 рецепторов прикосновения и давления.

С момента рождения девочки имеют гораздо большую чувствительность к прикосновениям, нежели мальчики, а кожа взрослой женщины приблизительно в десять раз чувствительнее к прикосновениям, чем кожа мужчины. В одном исследовании было обнаружено, что мальчики, принимавшие участие в испытаниях и показавшие наибольшую чувствительность кожи, имели чувствительность меньшую, чем наиболее нечувствительные девочки. Женская кожа тоньше мужской и снабжена более выраженным жировым слоем. Этот слой служит тепловой защитой зимой и обеспечивает женщине большую выносливость по сравнению с мужчинами.

Вы когда-нибудь слышали о гормоне под названием окситоцин? Именно этот гормон стимулирует желание прикоснуться и оживляет рецепторы, которые реагируют на прикосновение. Неудивительно, что женщины, у которых эти рецепторы в десять раз чувствительнее мужских, придают столь огромное значение объятиям мужчин, друг и детей.

Исследования непроизвольной мимики и жестикуляции показывают, что вероятность прикосновения женщины к собеседнице во время разговора в шесть раз выше вероятности прикосновения мужчины к собеседнику. Женщины используют более широкий диапазон выражений прикосновения по сравнению с мужчинами. Они любят использовать такие выражения, как «соприкоснемся» (будем поддерживать контакт), и не любят тех, кто «прямо в кожу вьелся».

Вы не обращали внимание на то, что у женщин, по сравнению с мужчинами, гораздо больше морщинок? Это от того, что кожа у мужчин толще. На спине кожа у мужчин в четыре раза толще, чем на животе, это наследие с тех времен, когда он стоял на четырех ногах и кожа обеспечивала хоть какую-то защиту спины. Ко времени достижения

половой зрелости подросток почти полностью теряет чувствительность к прикосновению: его тело начинает готовиться к невзгодам во время охоты. Мужчине нужна была нечувствительная кожа, чтобы, не задерживаясь, продираясь сквозь колючие кусты, бороться со зверем, и боль не должна была отвлекать его или замедлять движение. Мужчина, поглощенный работой или занимающийся спортом, где требуются физические усилия, может не заметить, что ранен. Если же мужчина не сосредоточен на выполнении задачи, его порог чувствительности к боли ниже, чем у женщины. Когда мужчина стонет: «Свари мне супчик, подай грелочку, подай трусики, сними скорей горчичники!» - это означает, что у него слегка побаливает голова. Сами же мужчины значительно менее чувствительны к чужой боли и дискомфорту: женщина согнулась вдвое от боли, у нее температура выше сорока градусов, ее бьет озноб под тремя одеялами, а ее любимый спрашивает: «Ты в порядке, дорогая?», думая при этом: «Если не обращать на это внимание, может быть, мы займемся сексом, раз уж она все равно лежит в постели».

Однако в моменты соперничества на футбольном матче или другом соревновании, связанном с агрессией, мужчина чувствительности не теряет! Следя за ходом поединка боксеров по телевизору и видя, как боксеру нанесли сокрушительный удар ниже пояса, мужчина застонет, согнется так, как будто сам получил этот удар, и вдобавок ко всему почувствует «настоящую» боль.

Исследования психологов показывают, что в условиях стресса мужчины избегают прикосновений, замыкаясь в себе. И более половины женщин в тех же условиях стремились к мужчине не в поисках секса, но интимного прикосновения. Когда женщина встревожена или сердится, она протестует фразой - «Не прикасайся ко мне!».

Психологи советуют мужчинам: для того чтобы заработать очки в общении с женщиной, часто используйте мелкие прикосновения, но старайтесь не ощупывать ее; а мамам и папам: чтобы воспитать психически здоровых детей, чаще обнимайте, прижимайте их к себе и баюкайте.

Доктор Интернет

Из малахитовой шкатулки

Среди почитателей драгоценных и полудрагоценных камней большой популярностью пользуется **лал** (шпинель) - великолепный красный минерал, дарующий счастье в жизни и любви. Обращаться с ним нужно бережно, носить - не постоянно. В древности лал считался целебным камнем. Его мелко толкли, разводили водой или вином до консистенции жидкой кашицы и принимали внутрь. Такой «допинг» должен был придавать лицу румянец и поддерживать в порядке желудок.

Восточные мудрецы говорили, что ношение лала предохраняет от боли в пояснице, ограждает человека от бесов и худых снов. В одном из старинных лечебников написано, что лал «тело человеческое во здравии от всяких болезней устраняет, мысли злые отгоняет и промеч людскими приятельство чинит». **Малахит** - камень яркой, сочной изумрудно-зеленой окраски с кра-

сивым рисунком на срезе. В древних канонах его считали камнем, символизирующим исполнение желаний. Его особенно рекомендовали носить детям для защиты от болезней и всяких опасностей, в частности от испуга и укусов животных. Взрослые носили малахит в старину в виде перстня как оберег от чумы и холеры. Древние медики при болях в печени и желудке рекомендовали добавлять порошок малахита в микродозах в вино. Необыкновенные зеленые тона малахита, по преданию, возвращают обладателю камня душевное равновесие, способность трезво мыслить и принимать мудрые, волевые решения.

До сих пор этот камень благодаря своим целебным свойствам широко используется в на-

родной медицине. Считается, что он облегчает приступы астмы и ревматизма, изгоняет меланхолию, повышает остроту зрения. В виде кулона или перстня на левой руке малахит нормализует работу сердца. Малахит обладает антисептическими свойствами. Он эффективен при всех видах влажных язв, способствует укреплению здоровых зубов, восстанавливает эластичность сосудов, улучшает цвет кожи. Есть у этого камня еще одно интересное свойство: он как бы настраивает своего хозяина на то, чтобы тот не врал и не кривил душой. Словом, заботится не только о красоте тела, но и о чистоте души.



Лимонный душок - мужчине дружок

Древние греки первые увидели в чабреце способность успокаивать и укреплять нервную систему:

■ 1 ст ложку травы и цветков залить стаканом кипятка. Настаивать до 30 минут. Процедить и пить по 1 ст ложке 5 - 7 раз в день за 30 минут до приема пищи.

Богородская трава

По мнению многих фитотерапевтов, полезен чай с чабрецом большим нефритом и пиелонефритом. Надо бы полюбить такой чай и мужчинам, у которых проблемы с потенцией, особенно спровоцированной злоупотреблением алкоголя. А тем, кто увлекается спиртным, знаменитый травник В. Кархут рекомендует отвар, после двухнедельного употребления которого возникает безразличие и даже отвращение к алкоголю:

■ 4 части чабреца, 1 часть горькой полыни. 1 ст ложку этой смеси варить 5 минут в стакане воды. Пить по 1 ст

ложке 3 раза в день на протяжении 2-3 месяцев.

Можно попробовать и такое снадобье против алкогольной зависимости:

■ Дважды в день пить по 25 мл 7%-го спиртового раствора чабреца в течение 3-4 недель.

Траву чабреца применяют и для наружных целей - успокоительные ванны. Издавна чабрец принимают при бронхитах, вялотекущей пневмонии, затяжном кашле; как успокаивающее, болеутоляющее и дезинфицирующее средство; при бессоннице, невралгии и миозитах; как послабляющее и потогонное средство. Для этого используют готовый экстракт или готовят его сами:

■ 50 г сушеной травы залить 2 л кипящей воды. Процедить и вылить в ванну. После ванны не вытираться. Укутаться простыней и лечь в постель на 1,5-2 часа. Нужно хорошо пропотеть - это очень важно! Эфирные масла чабреца поглощаются кожей через поры, и одновременно целебные пары проникают через верхние дыхательные пути и но-

соглотку к воспаленным слизистым, чтобы начать свое противомикробное действие. Ванна обладает удивительным целебным эффектом. Чабрец действует возбуждающе на кровеносную систему, поэтому сразу после ванны уснуть невозможно, а через 1,5-2 часа сон придет крепкий и успокаивающий.

Трава чабреца обладает резким, приятным запахом и слегка горьковатым, жгучим вкусом. В пищу используются листья и молодые побеги в свежем или сушеном виде в качестве приправы к овощам, особенно к бобовым, мясным блюдам, супам и соусам. Хорошо добавлять к тушеному мясу, в маринад для засолки огурцов. И еще одна тонкость: собирать чабрец лучше до начала массового цветения, сушить в тени, хранить в деревянной или картонной упаковке. Женщинам рекомендуется собирать фиолетово-красные цветки в июне-июле, пока отчетливо виден в окраске фиолетовый цвет. Мужчинам лучше использовать розовые цветки чабреца, собранные в августе-сентябре.

По материалам печати

Как принимать скипидарные ванны

Скипидарные ванны применяют при хронических заболеваниях суставов, пояснично-крестцовом радикулите, подагре, ожирении, облитерирующих заболеваниях сосудов конечностей, гипертонической болезни без выраженной сердечно-сосудистой недостаточности.

Они противопоказаны при повышенном давлении спинномозговой жидкости, отеке мозга, отеке легких, открытых формах туберкулеза легких, остром гломерулонефрите, миокардите, циррозе печени, экземе, нейродермите, псориазе. Их можно принимать не ранее чем через 6 месяцев после инфаркта миокарда.

В зависимости от заболевания больным назначают скипидарные ванны, приготовленные на основе «белой эмульсии» или «желтого раствора». Их можно приобрести в аптеке или в медицинских центрах, специализирующихся на водолечении.

Готовят скипидарную ванну следующим образом. Необходимое количество (от 10-15 до 30-60 мг) «белой эмульсии» или «желтого раствора» выливают, предварительно тщательно взболтав, в полиэтиленовую емкость с горячей (50-60 градусов) водой, хорошенько перемешивают и выливают в ванну, наполненную водопроводной водой нужной температуры (36-37 градусов).

Больной погружается в ванну. По истечении 5 минут температуру воды в ванне начинают постепенно повышать и на протяжении 10 минут до-

водят ее до 39-42 градусов, после чего больной должен находиться в ванне еще 5 минут. Общая продолжительность процедуры - 20 минут.

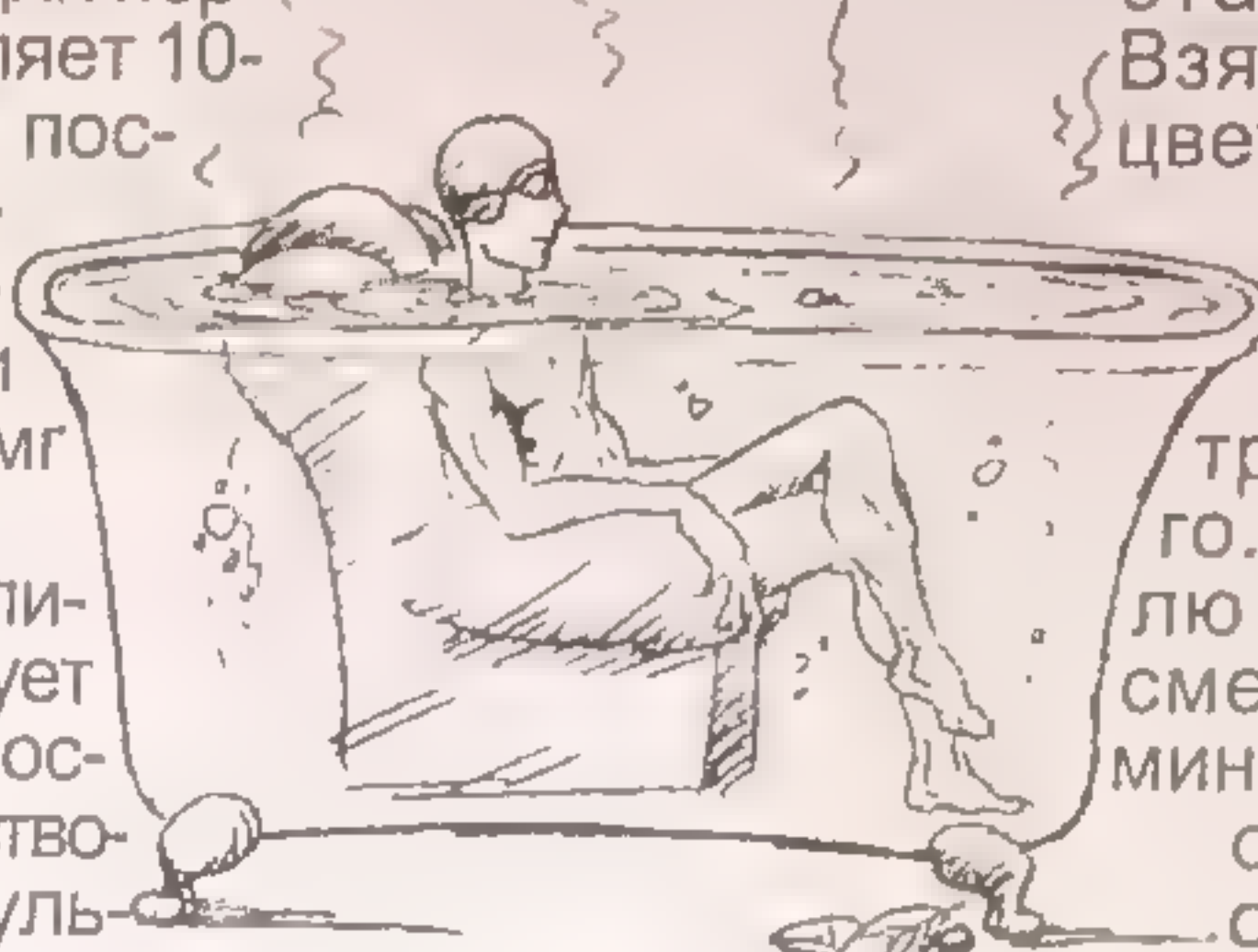
Обычно скипидарные ванны принимают через день. На курс положено 16-20 процедур. Доза эмульсии или раствора для первой ванны составляет 10-20 мг. При каждой последующей процедуре дозу увеличивают на 3-5 мг и доводят до 60-70 мг на ванну.

При приеме скипидарной ванны следует соблюдать особую осторожность. При растворении в ванне эмульсию надо тщательно размешивать, иначе могут возникнуть ожоги особенно чувствительных участков кожи. Во избежание ожогов подмышечные впадины, паховые складки, а также небольшие ссадины и царапины можно смазать перед ванной вазелином. Ни в коем случае нельзя допускать попадания раствора в глаза и на слизистые оболочки. Не рекомендуется начинать процедуру сразу при высокой температуре воды.

Следует иметь в виду, что скипидарные ванны - весьма активная и нагрузочная водолечебная процедура, требующая разумного подхода и контроля. Поэтому скипидарные ванны желательно принимать не самостоятельно, а под наблюдением специалиста.

Во всяком случае, чтобы приобрести в этом деле некоторый опыт, мы советуем вам принять первые ванны не в домашних условиях, а в специализированном медицинском учреждении. Можно приготовить более сложный состав для припарки.

Взять в равных частях цветки ромашки лекарственной, траву тысячелистника обыкновенного, траву хвоща полевого. Завернуть в марлю 2-3 ст. ложки этой смеси, опустить на 3 минуты марлю в стакан с кипятком, слегка отжать и приложить



к язве. Повторять процедуру несколько раз в день. Эффективно действует на трофические язвы и долго незаживающие раны такая мазь. Смешать кашицу из одной мелко нарезанной средней луковицы, 1 ст. ложку сухих измельченных цветков календулы и 1 ст. ложку сухой измельченной коры ивы. Залить эту смесь 200 мг крутого кипятка и настоять в течение ночи, хорошо укутав. Утром процедить и смешать в равных долях с медом. Накладывать повязку с этой мазью на рану до тех пор, пока она не заживет. А произойдет это, по утверждению народных лечебников, очень скоро.

Веник в бане хорош любой

Он замечательно массирует тело, усиливает кровообращение в коже, подкожной клетчатке и мышцах. Распаренный веник выделяет эфирные масла, которые улучшают обмен веществ в организме и препятствуют его преждевременному старению. Но каждый веник имеет и свой целебный эффект.

Березовый - помогает при боли и ломоте в суставах, мышцах, хорошо очищает кожу от сыпи, гнойничков, ускоряет заживление ран, ссадин. Его запах улучшает настроение и успокаивает. И все же особое достоинство - в березовом пару сильно расширяются мелкие бронхи. Вот почему после такой парилки лег-

че дышится. Для астматиков и курильщиков (в том числе бывших) березовый веник незаменим.

Дубовый - полезен тем, у кого жирная кожа. Он делает ее матовой и упругой, оказывает противовоспалительное действие. Аромат дуба препятствует чрезмерному повышению в парной артериального давления, успокаивает нервную систему.

Липовый - помогает избавиться от головной боли, благодаря мочегонному эффекту проводит мягкую «гимнастику» для почек, ускоряет потоотделение, оказывает успокоительное, бронхорасширяющее, жаропо-



нижающее действие. Особенно хорош при простудных заболеваниях.

Еловый - прекрасное средство для тех, кто страдает бронхо-легочными заболеваниями. Однако перед тем, как пользоваться, не забудьте 15-20 минут подержать его в кипятке, чтобы иголки хорошенько размякли.

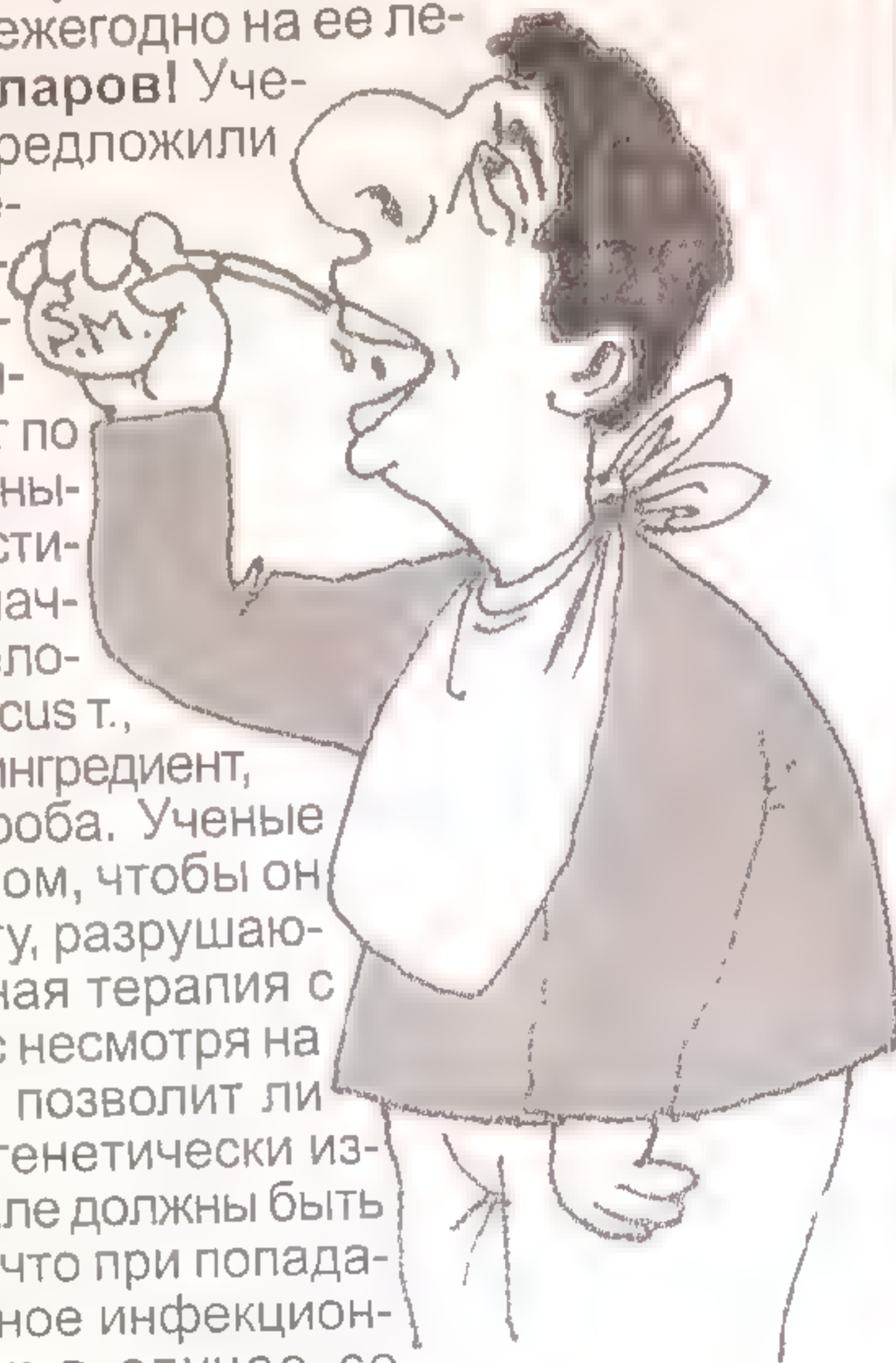
Ольховый - помогает при простуде, боли в мышцах и суставах.

Можжевельный или пихтовый - хороши при дискомфорте и хронической боли в пояснице. Смолистые вещества этих растений раздражают кожу, стимулируют потоотделение, улучшают кровообращение, а заодно замечательно дезинфицируют воздух. При ларингите, бронхите, последствиях гриппа - то, что надо!

В. Токорев

Самая дорогая болезнь

Бактерия *Streptococcus mutans* — главная причина кариеса — колонизирует зубы почти каждого человека с трехлетнего возраста. Питаясь сахаром микробы вырабатывают молочную кислоту, разрушающую зубную эмаль, что приводит к образованию полостей. Разрушение зубов остается по-прежнему самой дорогой инфекционной болезнью, в одной только Америке ежегодно на ее лечение уходит **50 миллиардов долларов!** Ученые из Университета во Флориде предложили идею о борьбе с кариесом: замещение деструктивного штамма бактерии *Streptococcus m.* его безобидной версией, полученной путем генной инженерии. Если FDA (Комитет по контролю за пищевыми и лекарственными продуктами) США одобрит заместительную терапию, уже в этом году начнутся клинические испытания на человеке. Существует штамм *Streptococcus t.*, который вырабатывает химический ингредиент, убивающий все другие виды микроба. Ученые модифицировали его таким образом, чтобы он не вырабатывал молочную кислоту, разрушающую эмаль. У крыс заместительная терапия с этим штаммом остановила кариес несмотря на обогащенную сахаром диету. Но позволит ли человек впрыскивать в свой рот генетически измененный штамм бактерии? Вначале должны быть приведены доказательства того, что при попадании в кровь она не вызовет опасное инфекционное заболевание сердца, как в случае со *Streptococcus m.*



Педагогика от Матфея

Религия, некогда считавшаяся опиумом для народа, реабилитирована. В пользу церкви свидетельствовали ученые-физиологи из Университета штата Луизиана (США). Их исследования доказали, что исповедование какой-либо религии самым лучшим образом влияет на формирование чувства собственного достоинства у подростков.

Ученые опросили более 1200 студентов колледжей: у 46% из них высокая самооценка сопровождалась верой в бога, и лишь 15% уверенных в себе подростков не принадлежали ни к одной из конфессий. Как объясняют исследователи, религия помогает человеку принять и понять себя. Кроме того, поскольку первые уроки веры ребенок, как правило, получает от родителей, его гармоничный внутренний мир свидетельствует о сохранившихся доверительных отношениях отцов и детей.

Антибиотики в слюне теленка?

Известно, что некоторые химические соединения в коровьем молоке спасают от инфекций новорожденных телят, у которых иммунная система еще не развита.

Энзимы, содержащиеся в слюне теленка, разлагают *липопротеины* на *жировые кислоты* и *остаточный белок*. То, что жировые кислоты обладают свойствами антибиотиков, известно давно. Как показали ученые из Дублина, остаточный протеин к тому же может соединяться со многими бактериями и грибами, препятствуя их прикреплению к поверхностям клеток и зубов. «Это довольно грубый примитивный механизм, но он работает», — утверждают исследователи.

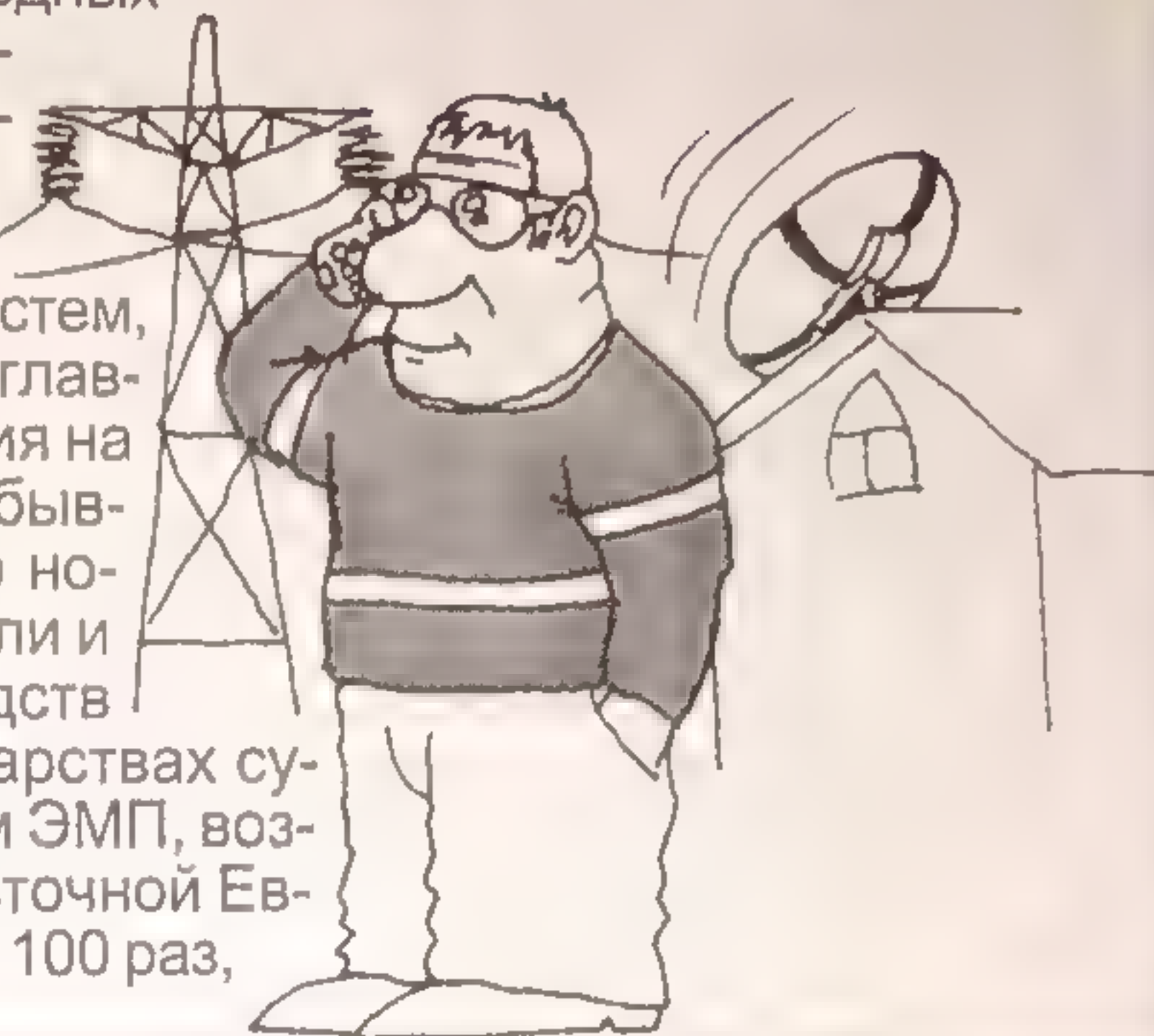
Аналогичные соединения имеются и в молоке других млекопитающих, но легче всего их выделить из коровьего молока. Ученые извлекли белковую фракцию из сыворотки, остающейся при приготовлении сыра, а затем обработали ее промышленным эквивалентом энзима из слюны теленка — стандартным ингредиентом в пищевой промышленности. Крысы и телята, обработанные этим молочным экстрактом, менее подвержены инфицированию *сальмонеллой*. А когда опробовали на добровольцах зубную пасту, содержащую эти соединения, на две *трети* снизилось образование зубного камня.

Планируется изготовление антибактериальных лосьонов для медицинских работников, а также разработка продуктов, содержащих молочные экстракты, для терапии оральных и генитальных форм молочницы.



Электромагнитные поля унифицируют

ВОЗ выступила инициатором разработки международных стандартов на электромагнитные поля (ЭМП). Их образуют такие источники излучения, как линии высоковольтных передач, радары, мобильные телефоны и их базовые станции. Стандарты необходимы для обеспечения безопасного использования подобных систем, предупреждения воздействия на другие устройства, а главное - на здоровье. Инициатива ВОЗ - ответная реакция на сообщения, что во многих странах (в том числе и в бывших республиках СССР) рассматривается вопрос о новых стандартах ЭМП. По мере глобализации торговли и стремительного внедрения в жизнь мобильных средств телекоммуникации стало очевидно: в разных государствах существуют значительные различия стандартов и норм ЭМП, воздействующих на человека. В некоторых странах Восточной Европы, например, они иногда различаются более чем в 100 раз, что вызывает озабоченность медиков.



Эффект Рамадана

Считается, что религиозные посты могут вызвать преждевременные роды, так называемый эффект Рамадана. Английские эндокринологи считают, что плохое питание и даже диеты в период возможного зачатия ответственны за преждевременный выброс гормонов у зародыша, влекущий за собой преждевременные роды. В последней стадии беременности идет перестройка организма зародыша, предназначенная для обеспечения жизни новорожденного вне матки. Увеличивается уровень кортизона, провоцирующего созревание легких, печени и других органов, а также разнообразных энзимов.

Проверка этой гипотезы осуществлена на овцах, которых ограничивали в еде за 60 дней до спаривания и продолжали держать на скудном рационе 30 дней после. При этом их вес уменьшался на 15%, что совпадает с его колебаниями на фермах в течение года. Такое колебание веса наблюдается у женщин в развивающихся странах, а в богатых странах - у женщин, придерживающихся диеты.

Овцы на ограниченном рационе родили через 139 дней, а не через 146 дней, как овцы, не участвующие в эксперименте. Новорожденные ягнята весили одинаково, но у участниц эксперимента были ослаблены.

Связь между скудным питанием в период зачатия и преждевременными родами подтверждена на примере 800 женщин в сельских районах Индии.

У людей связь между уровнем кортизона и родами не так очевидна, как у овец. Ученые взялись за расшифровку этого механизма в связи с неуклонным ростом числа недоношенных детей (в США оно возросло от 9,4 до 11,9%!).

Органы будут приживаться

В Центре медицинских исследований американских военно-морских сил в Бетесде под Вашингтоном разработан экспериментальный метод, позволяющий полностью устранить иммунную несовместимость при пересадке органов.

Подопытным животным вводились два протеина, предотвращающие образование лимфоцитов, атакующих чужеродные ткани. Детали физиологического механизма, вызывающего этот эффект, пока до конца не ясны, однако эффективность терапии доказана в опытах на приматах. Макаки-резусы, к которым применили новую методику, живут с пересаженными почками уже полгода. У всех обезьян контрольной группы, не получавших инъекции или получавших их в неполном объеме, наступила реакция отторжения.



Закаляйся.



И
не надо
докторов

Ошибается тот, кто считает, что закаливание - дело нехитрое. В действительности это целая система, освоение которой требует определенных знаний, подготовки, а главное - времени, терпения, настойчивости и силы воли.

Важнейшие принципы закаливания - умеренность, постепенность и регулярность. Не стоит испытывать свой организм на прочность, сразу подвергая его резким температурным ударам. Безусловно, в дальнейшем они будут ему не страшны. Но вначале лучше все-таки не рисковать и входить в новый режим с некоторой осторожностью.

К основным средствам закаливания относятся солнце, воздух и вода. С учетом того, что солнце до следующей весны вряд ли сможет внести достойную лепту в систему закаливающих процедур, а о пользе пребывания на свежем воздухе всем хорошо известно, остановимся более подробно на закаливающей гидротерапии - закаливании с помощью воды.

Вода является прекрасным стимулятором работы сердечно-сосудистой, кровеносной и дыхательной систем. Воздействие воды на организм человека очень велико. Оно приводит к таким важным физическим процессам, как активизация кровообращения, сужение сосудов кожи, углубление дыхания, и другим.

Начинать закаливание водой нужно с простейших процедур. Прежде всего вы должны приучить себя к тому, чтобы умываться только холодной водой. Эта, казалось бы, несложная и совершенно безопасная процедура имеет несколько этапов.

Вода не должна быть изначально ледяной: вашему организму это может не понравиться. Пусть на первом этапе закаливания температура воды будет не ниже комнатной: скажем, примерно 20-22 градуса. Постепенно, день ото дня, понижайте температуру воды. Вы можете понижать температуру на 1 градус каждый день или на 2 градуса - через каждые 2-3 дня. В результате вы должны приучить себя умываться водой, которая течет из холодного крана.

Второй этап закаливания водой заключается в том, чтобы научить себя безболезненно для своего организма полоскать горло холодной водой. Эту процедуру тоже нужно

начинать с теплой воды, постепенно понижая ее температуру.

Третьим этапом являются обтирания. Они представляют собой обтирание тела с помощью губки, махровой рукавички или полотенца, смоченных холодной водой. Обтирания холодной водой также надо делать по определенным правилам.

Одно из них - опятьтаки постепенное понижение температуры воды. На начальном этапе закаливания она не должна быть ниже 25 градусов. Температуру воды нужно ежедневно понижать на 1 градус, доводя ее до холодной. После каждого обтирания необходимо насухо вытирать тело махровым полотенцем. Еще одно правило - определенная последовательность, порядок обтирания. Он таков: сначала нужно обтирать руки, начиная с ладоней, затем шею, грудь, спину, заканчивая процедуру обтиранием ног.

Держи ноги в холоде

Следующий за обтиранием этап - закаливание ног. Этот этап очень важен, пренебрегать им нельзя, так как большинству простудных заболеваний человек подвергается как раз из-за переохлаждения нижних конечностей. Чтобы устранить это «слабое звено», надо «научить» свои ноги быть менее восприимчивыми к воздействию холода.

Закаливать ноги с помощью воды можно несколькими способами. Начните с самого простого. Ежедневно перед сном погружайте ноги в таз с водой. Первое время вода не должна быть холодной. Желательно, чтобы температура воды была 25 градусов. Погружайте ноги в воду на 1 минуту. После такой ножной ванночки интенсивно растирайте ноги махровым полотенцем.

С каждым днем эта процедура должна становиться все более и более продолжительной. Ежедневно увеличивайте срок приема ножной ванночки на 1 минуту, одновременно понижая температуру воды. В итоге вы должны приучить себя в течение 10 минут держать ноги в тазике с холодной водой из-под крана без всяких неприятных ощущений. После окончания процедуры насухо вытирайте ноги полотенцем.

Можете воспользоваться другим способом закаливания ног, который заключается в попеременном погружении ног то в горячую, то в холодную воду. Это и в самом деле несколько напоминает технологию, используемую при закаливании стали, когда металл вначале сильно нагревают, а затем охлаждают. В применении к ногам это происходит так.

В один таз налейте воду температурой примерно 35 градусов, а в другой - температурой не ниже 15 градусов. Начинать процедуру рекомендуется с погружения ног в таз с горячей водой. Затем - холодная и снова горячая. Держите ноги в тазу с горячей водой около минуты, с холодной - не более 30 секунд. Общая продолжительность процедуры в первое время должна составить около 5 минут. Заканчивайте ее погружением ног в холодную воду. После принятия контрастных ножных ванночек обязательно разотрите ноги полотенцем.

Постепенно увеличивайте разрыв в температуре горячей и холодной воды путем понижения температуры холодной воды. Ежедневное охлаждение ее на 1 градус должно закончиться тем, что вы без неприятных ощущений сможете держать ноги в воде температурой плюс 5 градусов. Одновременно увеличивайте продолжительность погружения ног в холодную воду до 3 минут.

Глубоко вдохни и...

Только после того, как вы приучите ноги к холоду, можно переходить к обливанию прохладной водой всего тела. Но не торопитесь сразу же опрокидывать на себя ушат с ледяной водой. И здесь все делается поэтапно. Начинать надо с обливания прохладной водой из таза.

Встаньте в ванну, наберите в таз прохладной воды и облейте так, чтобы вода охватила все ваше тело от самой макушки. Первое время можно ограничиться одним обливанием. Со временем число обливаний можно увеличить. Вода не должна быть сразу очень холодной. Приучите свой организм сначала к обливаниям теплой водой.

Для первых процедур подойдет температура 30 градусов. Ежеднев-

но понижайте температуру воды на 1 градус и остановите ее на плюс 5 градусах. Ни в коем случае не пренебрегайте растиранием тела мягким махровым полотенцем после этой процедуры. Избегайте переохлаждения тела в ближайший час после обливания. Лучшее время для процедуры - день или поздний вечер.

Контрастный душ - это круто

Когда ваш организм привыкнет к регулярным обливаниям, можно перейти к следующему этапу закаливания водой - приему контрастного душа. Эта процедура представляет собой поочередное обливание тела теплой и холодной водой. Существует несколько правил, при соблюдении которых вы можете быть абсолютно уверены в том, что закаливание подобным образом не принесет вреда вашему организму.

Начинать прием контрастного душа надо с теплой воды, температура которой будет равна температуре вашего тела. Затем вам предстоит регулировать водопроводный кран таким образом, чтобы температура воды немного понизилась. Поставив под прохладной водой 10 секунд, снова переключите кран на теплую воду.

Время обливания теплой водой не ограничивается. Стойте под теплой водой до тех пор, пока не согреетесь и не почувствуете, что готовы продолжать обливание прохладной водой. Заканчивать контрастный душ рекомендуется всегда прохладной водой, после чего необходимо растереть тело досуха полотенцем.

Через каждые два дня понижайте температуру прохладной воды на 1-2 градуса, доведя ее постепенно до минимальной - такой, которая не будет доставлять вашему телу неприятных ощущений. Ни в коем случае не торопитесь понизить температуру воды и дойти до самой низкой отметки за короткий срок, испытывая при этом дискомфорт.

Одновременно с постепенным понижением температуры увеличивайте общую продолжительность процедуры. Первое время прием контрастного душа должен длиться не более 5 минут. Затем вы можете довести это время до 20-30 минут. Что касается приема холодного душа, то вначале под ним надо находиться не более 10 секунд, увеличив впоследствии это время до двух минут.

Контрастный душ очень благотворно действует на организм. При этом его воздействие неоднородно. Во-первых, контрастный душ расслабляет организм, нормализует работу сердечно-сосудистой системы, укрепляет нервную и иммунную систему. Все это происходит благодаря действию на организм чере-

дования холодной и теплой воды. Во время приема душа, когда струи воды попадают на плечи и спину, создается эффект массажа воротниковой зоны, что является прекрасным средством профилактики и лечения сердечно-сосудистых заболеваний.

Во-вторых, контрастный душ бодрит и поднимает настроение. Поэтому его рекомендуется принимать утром, чтобы получить заряд бодрости на предстоящий рабочий день. Кроме того, контрастный душ особенно полезен женщинам, так как он оказывает косметический эффект: это идеальное средство для лечения целлюлита и подтяжки мышц.

От контрастного к холодному

После того как ваш организм привыкнет к регулярному приему контрастного душа, замените его или дополните холодным душем. Методика приема холодного душа аналогична контрастному. Ваша задача заключается в том, чтобы постепенно понижать температуру воды и увеличивать время пребывания под холодными струями. Начните с температуры воды плюс 30 градусов. Ежедневно понижайте ее на 1 градус, доведя в конечном итоге до плюс 5 градусов. Продолжительность процедуры вначале должна составлять около 20 секунд, а впоследствии 5-7 минут.

Очередной этап закаливания водой - холодные ванны. Начинать привыкание к ним нужно так же, как и на предыдущих этапах. То есть первое время температура воды, в которую вы будете погружаться, не должна быть слишком низкой. Лучше всего организм переносит постепенный переход от приема обычных, теплых ванн к ваннам холодным.

Первым этапом освоения этой процедуры будет прием обычной ванны с теплой водой - такой, ка-

кую вы неоднократно принимали. Ежедневно температура воды будет понижаться на 1 градус. Увеличивать время приема ванны не стоит. Рекомендуется изначально выбрать ту продолжительность процедуры, которая вам больше всего подходит.

После приема холодной ванны необходимо хорошо растереть тело махровым полотенцем и насухо вытереть его. Не забывайте о том, что горячая ванна не может быть полностью заменена холодной. Холодная вода укрепляет иммунную систему организма. Но очистить тело от грязи и бактерий способна только горячая вода. Поэтому лучше всего сочетать приемы ванны с горячей и холодной водой. После освоения методики приема холодной ванны, вы можете исключить обтирание, обливание и прием ножных ванночек, поскольку эти процедуры используются только в качестве начальных этапов закаливания с помощью воды.

По снегу... босиком

Все эти процедуры позволяют вам подготовиться к такому эффективному способу закаливания, как ходьба по снегу босиком. Впрочем, ходьба босиком полезна не только зимой и не только по снегу. Возьмите за правило прогуливаться вечером босиком, например, на дачном участке. В городе в качестве места для прогулок можно использовать сквер или стадион. Сочетая ходьбу босиком с ножными ванночками, вы постепенно приучите свои ноги не реагировать на понижение температуры окружающей среды и практически будете неуязвимы для простудных заболеваний, которые, как известно, чаще всего начинаются с ног после их переохлаждения.

Босохождение требует соблюдения определенных правил гигиены. После каждой прогулки необходимо мыть ноги водой комнатной температуры с мылом и щеткой. На ночь желательно смазать ступни питательным кремом. На первых порах на подошвах могут появиться натоптыши, а на пятках - трещины. При соблюдении правил гигиены этого можно избежать.

Ванна как горный ручей

У буддистов одним из видов закаливания является хождение босиком по руслу горного ручья. Они рекомендуют ежедневно делать 100 шагов. Это упражнение вполне можно приспособить к условиям городской квартиры. Налейте в ванну холодную воду так, чтобы она доходила вам до щиколотки, и шагайте. Чем не горный ручей?



Чем дробить камни?



Лечение мочекаменной болезни требует индивидуального подхода, поскольку зависит от многих факторов, в частности от размера и состава имеющихся камней. Поэтому прежде чем воспользоваться каким-то из предложенных нами средств, узнайте у своего врача, подходит ли лично вам это средство.

Основной причиной заболевания является, как правило, нарушение водно-солевого обмена, а также нарушение оттока мочи, что приводит к образованию мочевых камней. Развитию болезни могут способствовать влияющий на потоотделение жаркий климат, избыточное содержание солей в питьевой воде и состав пищи.

Величина мочевых камней, оседающих в почках и мочевыводящих путях (мочевом пузыре и мочеточнике), может быть разной - размером от песчинки до апельсина. Камни различаются по составу. Большинство из них содержит кальций, мочевую кислоту, фосфаты или оксалаты.

При перемещении камней возникают резкие боли в поясничной области, отдающие в пах и половые органы. Камни в мочевом пузыре служат причиной частых и болезненных мочеиспусканий. Иногда они закупоривают мочеточник, в результате чего отток мочи полностью прекращается. Это очень опасно, так как может привести к самоотравлению организма.

Если камни мелкие, они могут самопроизвольно выходить вместе с мочой. Такие камни надо обязательно показать врачу, чтобы он отправил их на анализ для определения их химического состава, от которого будет зависеть лечение, в частности назначение вида лечебной воды.

Например, при уратных камнях (это камни из мочевой кислоты) рекомендуется пить щелочные минеральные воды: «Ессентуки» № 4 и № 17, «Смирновскую», «Славяновскую», «Боржоми», «Джермук». При фосфатных камнях (камни из фосфорнокислого кальция) целесообразно употреблять «Арзни» и «Нафтусю». При оксалатах (камни из щавелевокислой извести) лучше всего подойдут «Ессентуки» № 20, «Нафтуся» и «Саирме».

Если камни настолько большие, что их самопроизвольный выход

затруднен, можно облегчить этот процесс путем приема средств, способствующих размягчению и разложению крупных камней на более мелкие с последующим употреблением мочегонных средств. С этой целью полезно пить:

- 3 раза в день по стакану горячей воды с добавлением 1 ст. ложки порошка из сушеной яблочной кожуры;
 - 3 раза в день по стакану березового сока (утром - натощак);
 - ежедневно по 2 ст. ложки оливкового масла;
 - 3-4 раза в день по 1 ст. ложке морковного сока в течение 4-6 месяцев;
 - перед едой по 0,25-0,5 стакана отвара сваренного «в мундире» картофеля в течение трех недель, через 1-2 месяца курс повторить;
 - сок одного лимона 3-4 раза в день в течение двух недель (лимонный сок можно разбавлять водой или принимать его в смеси с морковным, свекольным и огуречным соками).
- Для предупреждения образования мочевых камней и растворения уже существующих в народной медицине широко применяются различные настои, настойки и отвары. Вот некоторые из них.

- Смешать сок редьки пополам с медом. Принимать по 1 ч. ложке 3 раза в день за 30 минут до еды.
- Заполнить пол-литровую бутылку до половины объема мелко нарезанным репчатым луком, залить доверху водкой и настаивать в теплом месте или на солнце в течение 10 дней, после чего процедить. Пить 2 раза в день по 1-2 ст. ложке перед едой.
- Заварить 1 ст. ложку тертого хрена стаканом кипящего молока, настоять 5-10 минут в тепле, процедить и понемногу пить в течение дня небольшими глотками.
- Залить 1 ч. ложку цветков и 1 ч. ложку плодов шиповника кипятком и парить 2 часа. Ежедневно пить как чай, добавляя по вкусу сахар.
- Отварить в стакане воды в закрытом сосуде 1 ч. ложку соевых почек, настоять 2 часа и выпить в течение дня в три приема.

Когда появятся арбузы, ешьте их как можно больше - это прекрасное мочегонное средство. Корки не выбрасывайте. Нарежьте их небольшими кубиками и высушите в духовке или на улице в тени. Высушенные арбузные корки можно измельчать, заливать водой в пропорции 1:1, кипятить на медленном огне 30 минут и, охладив, пить по 1-2 стакана 3-5 раз в день до еды.

В старинных лечебниках есть такой рецепт. Перед новолунием взять небольшую горсть очищенного и нарезанного чеснока, залить 1 литром водки, настаивать 9 суток на солнце. Как только начнется новолуние, принимать по рюмке этой настойки ежедневно натощак (перед употреблением взбалтывать). Делать это в течение всего новолуния. При каждом новолунии курс повторять.

В домашних условиях больным мочекаменной болезнью необходимо соблюдать диету, замедляющую процесс образования и роста камней. Диету должен назначить врач, так как она зависит от характера нарушения обменных процессов и от состава мочевых камней.

Так, при уратных камнях рекомендуют молочно-растительный стол с исключением из рациона жареного, тушеного и копченого мяса, острого сыра, крепкого чая, бобов, редиса, шпината, горчицы. Наоборот, при фосфатных камнях назначают мясной стол, но исключают молочно-растительную пищу.

При мочекаменной болезни важно обогатить диету витамином А, поэтому в меню желательно включать тресковую печень, вымоченную жирную сельдь, а также содержащие каротин (провитамин А) тыкву и морковь. Из рациона питания исключаются алкоголь, какао, шоколад, острые и соленые закуски.

При мочекаменной болезни рекомендуется больше двигаться - это способствует выводу камней. Каким видом спорта вы будете заниматься - особого значения не имеет. Главное, чтобы физические нагрузки были не слишком тяжелыми. Достаточно регулярно делать утреннюю гимнастику, подобрав с помощью инструктора по лечебной физкультуре соответствующие упражнения.

А. Корнев

Нефриты: лучшее лечение - профилактика

Наиболее распространенными воспалительными заболеваниями почек считаются всевозможные виды нефрита.

Гломерулонефрит развивается после ранее перенесенного инфекционного заболевания: ангины, скарлатины, рожи. Этому способствует резкое охлаждение тела, вызванное промокшей одеждой и обувью. Гломерулонефрит представляет собой воспаление почечных клубочков и проявляется через 10-15 дней после инфекционного заболевания в легком общем недомогании и болях в поясничной области. Главные его признаки - отечность лица, тела, а затем и внутренних органов, повышение кровяного давления, резкое уменьшение количества мочи и изменение ее состава.

Как правило, болезнь продолжается 1-3 месяца и при упорном лечении заканчивается полным выздоровлением. Хуже, если она перейдет в хроническую форму. В этом случае происходит постепенное прогрессирующее разрушение почечных клубочков, в результате чего наступает почечная недостаточность, проявляющаяся в нарушении функции почек.

Пиелонефрит представляет собой воспаление одной или обеих почек и возникает вследствие попадания в почки микроорганизмов, которые вызывают развитие воспаления и отека. Заболевание начинается внезапно: повышается температура, появляется озноб, боли в области почек, ощущение дискомфорта в области живота. Если возникновение пиелонефрита связано с инфекцией мочевого пузыря, то одновременно могут наблюдаться симптомы цистита. При хроническом течении заболевания отмечается ряд признаков общего характера в виде утомляемости, головной боли, потери аппетита, уменьшения веса и повышения кровяного давления.

По мере распространения микроорганизмов поврежденная ткань почек замещается рубцами. Образование рубцовой ткани после повторных обострений или в результате хронического течения заболевания вызывает нарушение функциональных способностей почек, что также влечет за собой развитие почечной недостаточности.

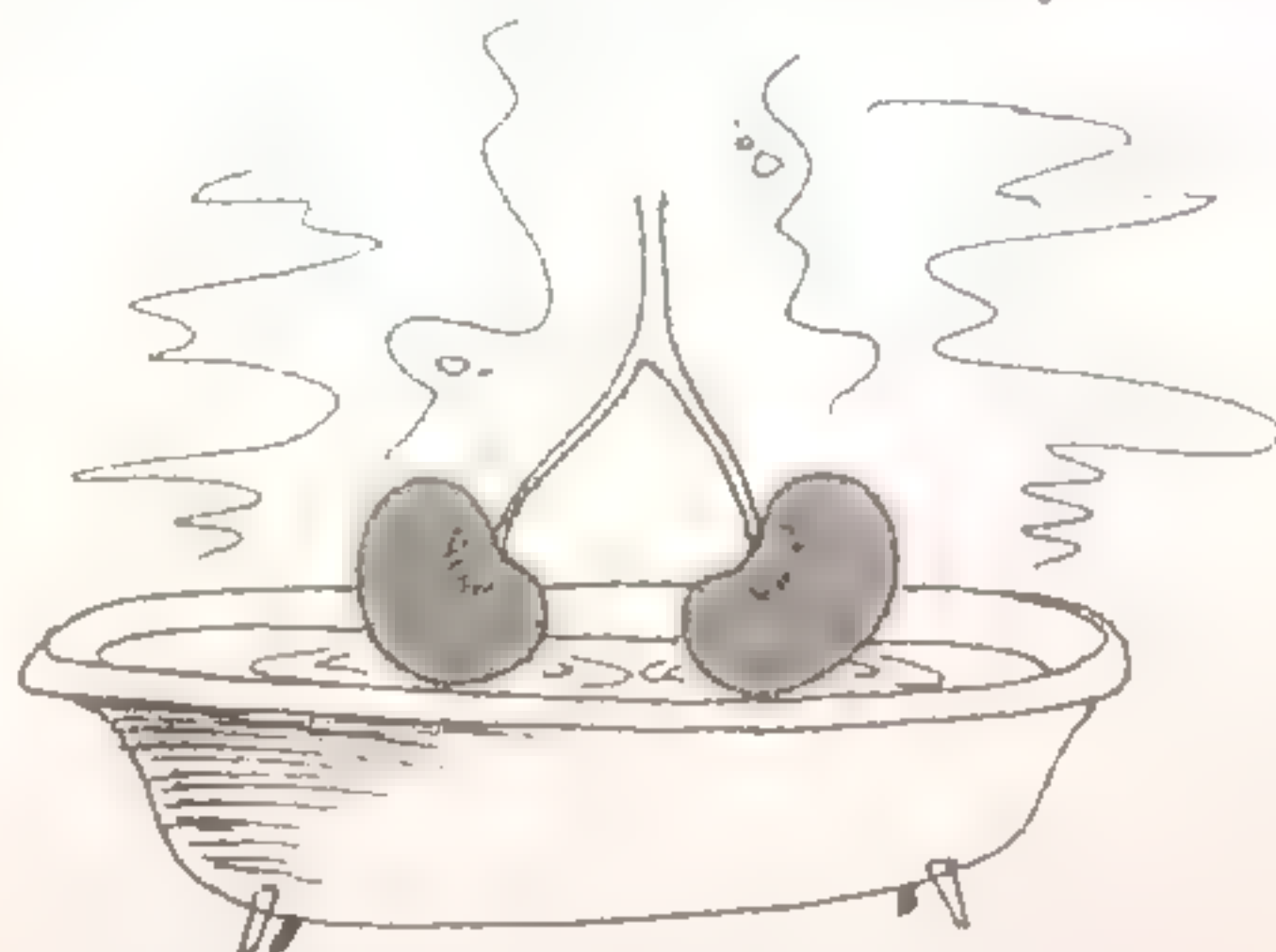
При лечении острых форм нефрита очень важны постельный режим и строгая диета. В первые 2 дня болезни лучше вообще ничего не есть, только пить как можно больше горячего потогонного чая из настоя липового цвета или мяты, малины и шалфея. Желательно уложить больного в постель и обложить

его грелками или бутылками с горячей водой, чтобы он хорошенько пропотел. Когда больному станет легче, потребление жидкости надо сократить и сесть на молочную диету. После нескольких дней молочной диеты можно постепенно переходить к обычному питанию, ограничив потребление соли и исключив из рациона соленые, копченые изделия и консервы.

Для промывания почек в качестве мочегонного средства рекомендуется пить утром натощак по 0,5 стакана сока сырого картофеля. Для лечения различных заболеваний почек и для их укрепления издавна используется смесь картофельного и рябинового соков, настоянных в течение часа.

Одним из лучших мочегонных растений по праву считается тыква. Ее особенно полезно употреблять во всех видах при хронических заболеваниях почек. Можно есть сырую мякоть тыквы по 500 г 2 раза в день. Можно пить свежий сок тыквы по 0,5 стакана в сутки. Можно пить как чай отвар тыквенных семечек.

Незаменимое мочегонное средство - арбуз. При заболеваниях почек его нужно съедать до двух килограммов в день. Хорошо помогают при почечных заболеваниях и свежие ягоды облепихи. Несколько штук сладких яблок в день тоже заметно облегчат работу почек.



Попробуйте воспользоваться такими рецептами народной медицины:

- Вымытые и очищенные корнеплоды моркови натереть на мелкой терке, 3 ст. ложки полученной кашицы залить 3 стаканами кипятка и настоять в течение ночи. Утром настой подогреть и пить горячим в несколько приемов в течение дня. Курс лечения - 1 месяц.

- Смешать сок редьки пополам с медом. Принимать по 1 ч. ложке 3 раза в день за 30 минут до еды.

- Плоды инжира варить в молоке 15-20 минут, процедить и пить

молоко очень горячим по 2-3 стакана в день.

- Взять 1 стакан сухих измельченных груш и 4 ст. ложки овсяной крупы, отварить в 1 л воды, настоять 3 часа и принимать по 3-4 стакана в день.

- Залить 3-4 ч. ложки измельченного листа брусники двумя стаканами горячей воды, кипятить в закрытой эмалированной посуде на водяной бане 15 минут, охладить до комнатной температуры, процедить через 2-3 слоя марли и довести кипяченой водой до исходного объема. Принимать по четверти стакана 3-4 раза в день до еды.

При заболеваниях почек очень эффективны лечебные ванны. Принимать их следует регулярно в течение длительного времени. Можно, например, делать ванны из полевого хвоща. Для полной ванны потребуется 350 г травы, для сидячей и ножной ванны - 150 г. Траву надо залить 5 литрами кипятка и настоять в течение 2-3 часов.

Хвощовые ванны применяются при почечной колике, циститах. А при хроническом пиелонефрите туловище больного полезно обертывать тканью, смоченной хвощовым отваром, разведя его наполовину водой. Компресс должен быть теплым, согревающим. Продолжительность каждого обертывания - 1,5 часа.

Не менее сильное лечебное средство - сосново-еловые ванны. Для их приготовления надо мелко порубить веточки сосны и ели, смешать их, заполнить этой смесью 10-литровую емкость на треть ее объема, залить водой, поставить на слабый огонь и варить 30 минут, после чего настоять в течение часа, процедить и вылить в ванну с горячей водой.

Как для лечения, так и для профилактики почечных заболеваний желательно осенью провести очищение почек.

Смешайте 1 стакан сока красной свеклы, 1 стакан сока черной редьки и 1 стакан очищенной водки. Настаивайте эту смесь в темном месте при комнатной температуре в течение трех суток. Принимайте по 1 ст. ложке за 30 минут до еды 3 раза в день, пока полностью не израсходуете приготовленное вами снадобье.

Для очищения почек полезно делать горячие ванны. Эффект будет намного сильнее, если во время приема ванны есть арбуз. Процедуру эту рекомендуется выполнять перед сном, а еще лучше - в период активизации почек, между двумя и тремя часами ночи.

Т. Москаленко

Аденома - цена потенции

За право быть мужчиной рано или поздно приходится расплачиваться практически каждому. С диагнозом «аденома простаты» сталкиваются 85% мужчин.

Предстательная железа (она же простата) располагается чуть ниже мочевого пузыря. В ней вырабатывается сок, разжижающий сперму. Аденома - это доброкачественная опухоль, которая в отличие от раковой не дает метастазов и растет только в пределах простаты. Раньше считалось, что аденома настигает после 50 лет, но сейчас к врачу обращаются и в 35 лет, и даже раньше. Во всем виноваты половые гормоны, которые на протяжении жизни воздействуют на ткань предстательной железы и подстегивают потенцию. Половой аскетизм чреват простатитом. Но те, у кого

уровень половых гормонов, обеспечивающих сексуальный аппетит, повышен, чаще других страдают от аденомы простаты.

Проигнорировать появление аденомы невозможно. Нестерпимые позывы к мочеиспусканию не оставляют выбора: либо сейчас же, либо выйдет конфуз. Умные бегут к врачу, а особо занятые перекраивают свой маршрут, ориентируясь на туалетные кабинки и густые придорожные кусты. Потом начинаются затруднения мочеиспускания: струя падает отвесно, и если раньше управлялся за 5 секунд, то теперь приходится задерживаться в туалете на несколько минут. Когда аденома разрастается еще сильнее, поход в туалет превращается в мучительный и непродуктивный труд: хочется до ужаса, а вместо кайфа... кап-кап-кап. В идеале обращаться к доктору надо в тот момент, когда мо-

чеиспускание, особенно с наполненным мочевым пузырем, перестает доставлять удовольствие. Кроме «туалетных» проблем аденома вызывает тяжесть, подергивание и ощущение набухания в промежности, боли в низу живота, в области крестца и мочеиспускательного канала. Нарушения потенции, о которых так много говорят, на самом деле стоят далеко от начала списка. Аденома не убивает желание. Просто, когда в простате «лежит камень», как-то не до женщин.

опухолью - происходит то же самое. Когда благодаря лекарствам рецепторы ткани простаты становятся более чувствительными, организм как бы берет эти клетки под контроль и под видом заботы о них самих лишает их питания. Если курсы лечения дали эффект - замечательно: таблеток больше не будет, только режим, регулярные (2 раза в год) визиты к урологу и ежегодный анализ на ПСА - маркер крови, который с большой долей вероятности позволяет заподозрить рак предстательной железы.

Для серьезных случаев разработано более десятка различных способов удаления аденомы: ультразвук, электрический ток высокой частоты, вапоризация (микроволновым излучением аденому превращают в пар без ущерба для окружающих тканей), эндоскопия (иссекают аденому через уретру), обычная открытая операция (через разрез над лобком, под лобком - так, как

делали еще нашим прадедушкам) и др. Маленькую опухоль нет смысла удалять, разрезая все над лобком и проходя мимо мочевого пузыря. А большую аденому размером с кулак через уретру ну никак не вытащишь - дороже обойдется, поэтому выбор метода зависит от размеров опухоли и подхода врача.

Если аденома разрослась до таких размеров, что вызвала необратимые изменения в ткани железы (а на это требуется не меньше пяти лет), приходится удалять ее вместе с простатой.

Тем, кто из-за других заболеваний не сможет перенести наркоз, в операции отказывают и ставят катетер. Если воспринимать его как символ крушения всей жизни, можно до конца своих дней погрузиться в депрессию. Важно понять, что катетер - не издевательство над мужчиной, что он дает возможность жить дальше, и надо относиться к нему как к своему спасителю.

5 «нельзя» при аденоме

1. **Много жидкости - мало жидкости.** Оптимально - 1,2 - 1,5 л в день.

2. **Алкоголь.** Вызывает приток крови и провоцирует рост аденомы.

3. **Кислое, соленое, перченое.** Питание не должно сгущать мочу или вызывать усиленное ее образование.

4. **Запоры.** Застой крови в области малого таза - большая радость для аденомы.

5. **С дивана - в кресло и обратно.** Во избежание застоя необходимо как можно больше двигаться: ходить пешком, «крутить колесо» лежа на спине, приседать - что угодно. Главное - регулярно. Во время лечения и после победы - в качестве профилактики.

«Выявить аденому предстательной железы можно путем ректального пальцевого исследования. Умный палец способен сказать многое, но обычно назначаются дополнительные исследования (рентгенография, ультразвук, биопсия), в том числе и для того, чтобы исключить рак. Лечение зависит от степени выраженности аденомы.

Если мужчина свободно мочится и мочевой пузырь опорожняется полностью, можно обойтись лекарственным лечением. Для этого существует масса препаратов, которые повышают чувствительность тканей простаты к воздействию вегетативной нервной системы. Любая опухоль растет именно потому, что вырывается из-под власти центров, регулирующих размножение клеток, их питание и т. д. С аденомой - доброкачественной



А. Корнев

Восемь заблуждений об импотенции

У мужчин - свои секреты, и один из них - страх оказаться несостоятельным в интимных отношениях. В сознании прочно укрепилось мнение, что ничего не может быть смешнее и неленее, чем импотенция.

И это первое заблуждение - негативная эмоциональная окраска обычного физиологического нарушения. От сложившихся предрассудков страдают как мужчины, так и женщины, разбиваются семьи. А ведь в большинстве случаев достаточно нескольких правильных шагов - и досадная помеха нормальной счастливой жизни будет преодолена. Вот почему американские урологи решили еще раз напомнить сильной половине человечества, что нужно знать об импотенции. Итак...

1. Под само определение импотенции попадает только постоянная, на протяжении по меньшей мере 3 месяцев, неспособность поддерживать эрекцию, достаточную для нормальной половой жизни. Неверно считать признаком импотенции возникающие время от времени «неудачи».

2. Нельзя считать свою «беду» какой-то исключительной. Это одна из самых распространенных проблем нашего времени. Например, в США количество мужчин, имеющих разную степень затруднения с эрекцией, оценивается в 20-30 миллионов человек.

3. Импотенция - не болезнь, а симптом тех или иных нарушений в организме, которые в 95% случаев могут быть устранены при обращении к соответствующим специалистам.

4. Нужно отличать импотенцию от других отклонений в половой сфере - преждевременного семяизвержения, низкого сексуального влечения, неспособности достичь оргазма и т. д.

Эти нарушения могут присутствовать и у страдающих импотенцией, и у тех, кто не имеет этой проблемы.

5. В большинстве случаев корни импотенции лежат отнюдь

не в психологических проблемах, а имеют объективные физиологические причины (атеросклероз, диабет, повышенное кровяное давление, нарушения в работе щитовидной железы и т. д.). Лишь в 10-15% случаев проблема оказывается «созданной в уме».

6. Отсюда следует, что основными специалистами, к которым следует обращаться за выяснением причин импотенции, являются уролог (специализирующийся на нарушениях в половой сфере), эндокринолог и психолог.

7. Нельзя считать эту проблему чисто мужской. Она в равной мере касается обоих половых партнеров, поэтому обсуждать и находить пути решения проблемы нужно сообща.

8. Сам термин «импотенция» сегодня все чаще считается некорректным, потому что нельзя употреблять понятие «бессилия» в отношении людей, которые вполне годны для сексуально активной жизни.



Силовая подпитка

Состояние, при котором мужчина не может совершить половой акт, называется импотенцией. Фактически импотенция - это половое бессилие, вызванное абсолютно разными причинами - от травм позвоночника до эмоциональных потрясений.

Избавлению от полового бессилия могут помочь те силы, те запасы энергии, которые заключены в растениях. От них можно взять ту энергию, которой недостает организму. Эти народные средства непременно станут для страдающих половым бессилием мужчин хорошей силовой подпиткой, вернут им утраченную способность в полной мере реализовать свои потенциальные возможности.

■ Залить 2 ст. ложки протертой сырой моркови стаканом кипяченого молока, поставить на огонь и по-

держивать на малом огне 10 минут. Принимать 3 раза в день по 100 мл.

■ Залить 1 ст. ложку растертого в кашу репчатого лука стаканом кипятка и настоять на водяной бане в течение 15 минут, охладить при комнатной температуре в течение 45 минут, процедить. Принимать по 0,5 стакана 2-3 раза в день перед едой.

■ Залить 2 ч. ложки травы пустырника 2 стаканами холодной кипяченой воды, настаивать 8 часов. Принимать по 0,5 стакана 3 раза в день перед едой.

■ Ядра грецкого ореха измельчить, залить медом в равной пропорции. Употреблять по 2 ч. ложки 2-3 раза в день через 30 минут после еды, запивая молоком. Курс лечения - 20-30 дней.

■ Залить 10 г высушенной травы зверобоя продырявленного 200 мл кипятка; настоять. Пить по 60 мл 3 раза в день за 30 минут до еды.

■ Употреблять в свежем виде по 2-3 зубка чеснока в день, а также в виде настоя. Для приготовления настоя 1 ч. ложку измельченного в кашу чеснока залить 400 мл холодной кипяченой воды, настаивать в течение часа. Пить по 100 мл 3 раза в день до еды.

■ Залить 1 ч. ложку семян полыни стаканом кипятка и настоять ночь в термосе. Пить по трети стакана 3 раза в день за 15-20 минут до еды.

■ Сильное стимулирующее действие при половом бессилии оказывает настойка корня женьшеня (продается в аптеке). Принимать по 15-20 капель настойки 2-3 раза в день перед едой. Курс лечения 3-6 месяцев. Лечение лучше всего проводить осенью и зимой.

■ Залить 5 ст. ложек семян крапивы 0,5 литра виноградного вина (портвейна), варить в течение 5 минут и настоять 30 минут. Пить по 50 мл перед сном.

В. Шапоренко



Доброкачественные опухоли

Наиболее распространенными доброкачественными опухолями у женщин являются миома и мастопатия. Я вылечила 50 женщин способом, который проверялся мною в течение 5 лет. Лечению подлежали мастопатия в стадии обострения (боли) и миома сроком до 9 недель.

Я предлагаю настойку чистотела, при помощи которой мне удалось добиться хороших результатов. Залейте 1 ст. ложку с верхом травы чистотела стаканом водки. Настаивайте в темном месте 15 дней, после чего процедите. Принимайте натощак, разводя в 0,5 стакана холодной воды, в первый день - 1 каплю настойки, во второй - 2 капли, в третий - 3 капли и так далее, постепенно доведя дозу до 15 капель.

Это период привыкания организма к сильнодействующему средству. Если на 3-4-й день возникнет слабость и недомогание, принимайте в третий день 3 капли, в четвертый - тоже 3 капли, в пятый - 4 капли, в шестой - 4 капли. Через 2-3 дня недомогание пройдет.

При ослабленной иммунной системе могут появиться головокружение, сильная потливость, боли в

сердце, может подняться температура или давление. При первых таких проявлениях следует ограничить прием до 1-2 капель и принимать в такой дозе в течение 7 дней, то есть до тех пор, пока самочувствие не нормализуется.

Дальше начинается собственно лечение. С 16-го дня в течение месяца (или полутора месяцев, если опухоль большая) принимайте по 15 капель настойки. Женщинам с малым весом достаточно 10 капель. Затем снижайте дозу приема по одной капле каждый день.



Таким образом, на весь курс лечения вам потребуется от 60 до 75 дней. При необходимости курс можно повторить через 2 месяца после окончания первого. Третий курс проводите через полгода после окончания второго. Хорошим сигналом, свидетельствующим об эффективности лечения, может послужить легкое покалывание в области локализации опухоли. При колите и обострении язвы желудка предложенный способ лечения противопоказан.

Желудочный сбор:

Подорожник (листья) 2 части
Ромашка (цветки) 1 часть
Укроп (плоды) 1 часть
Валериана (корень) 1 часть
Зверобой (трава) 1 часть
Мята (листья) 1 часть

Смешать все компоненты, приготовить из них отвар и принимать его по трети стакана в день до еды при гастрите с пониженной кислотностью. Полезно также ежедневно съедать натощак 2-3 листа сырой капусты и пить по стакану свекольного сока или отвара подорожника.

Л. Хоменко

Язва желудка

«Ничто так не продлевает жизнь, как хроническое заболевание» - это парадоксальное высказывание полностью относится к язве желудка. Язву вылечивают только очень дисциплинированные люди. Они все время помнят о своем заболевании и точно выполняют все предписания врача. Только при таком подходе можно достигнуть успехов в лечении.

Питание при язвенной болезни должно быть дробным, частым, с ограничением соли. Интервал между приемами пищи - 4 часа. Пища - слизистая, протертая, умеренной температуры. Запрещаются мясные, рыбные, грибные навары, сало, жареное мясо и рыба, острые закуски, консервы, колбаса, соленые блюда, алкоголь. Рекомендуются черствый хлеб, паровые котлеты, каши, молоко.



творог. Полезны кисели и компоты из кураги, чернослива, изюма. При обострении болезни не употребляйте молоко, оливковое масло, мед и яйца.

Для лечения язвы желудка с пониженной кислотностью советую попеременно в течение дня пить отвар травы полыни и отвар листьев подорожника. Для приготовления отвара полыни возьмите 1 ст. ложку травы на стакан кипятка. После настаивания процедите. Пейте по четверти стакана натощак и перед сном.

Отвар подорожника (500 г травы вскипятите в 1 л воды) пейте 5 раз в день. Хорошее лечебное действие оказывает сбор, состоящий из двух частей листьев подорожника и равных частей листьев мать-и-мачехи, цветков ромашки, цветков календулы, корня одуванчика и корня аира.

Для лечения язвы желудка с повы-

шенной кислотностью с давних пор используется овсяный кисель. Промойте стакан неочищенного овса, залейте 4 стаканами воды, доведите до кипения и потемните на слабом огне 30 минут. Подливайте кипяток до первоначального уровня. Процедите, отожмите гущу. Отвар храните в холодильнике.

Перед каждым приемом в 0,5 стакана холодного отвара добавляйте 0,5 стакана молока и по 1 ч. ложке сливочного масла и меда. Перед приемом киселя, лежа в постели, натощак следует выпить 0,5 стакана картофельного сока. Сырой картофель в кожуре тщательно вымойте и быстро отожмите из него сок (особенно полезен картофельный сок, не успевший потемнеть). Затем съешьте 1 сырое яйцо. Полежите 15 минут в постели и за 15-20 минут до еды выпейте овсяный кисель. На завтрак лучше всего есть овсяную или какую-нибудь другую жидкую кашу. Регулярно делайте так в течение 6 месяцев.

В. Шапоренко

Болезни печени

Печень - главный защитник организма. Достаточно сказать, что при избыточной дозе принятых сильнодействующих лекарств основной удар принимает на себя печень. В ней происходит расщепление молекул питательных веществ, обезвреживание ядов. Она выделяет желчь, которая собирается в желчном пузыре и оттуда изливается в тонкие кишки при поступлении пищи.

В Древнем Вавилоне считали, что печень является органом злобы. Действительно, определенное психическое состояние человека (плохое настроение, озабоченность, зависть) может задерживать отток желчи из печени. Если человек часто испытывает нервное возбуждение, у него могут возникнуть сжатия протоков, что вызовет застой желчи. Длительные застои желчи в протоках и желчном пузыре приводят к образованию желчных камней.

При заболеваниях печени очень полезны салаты из крапивы и одуванчика (траву ошпарьте, мелко порежьте и заправьте кефиром). Кроме того, советуем есть арбузы, редьку, свеклу, апельсины, чернослив, нежирную отварную рыбу, получерствый хлеб. Натощак полезно съедать 2-3 ложки самодельного творога.

Для улучшения желчеотделения

и лечения печени используйте траву зверобоя, бессмертника, чистотела, ромашки, тысячелистника, спорыша, корень одуванчика, листья крапивы, цветки календулы, листья или почки березы.

Сбор для лечения печени: 2 части травы зверобоя, 3 части цветков бессмертника, 1 часть коры крушины. Приготовьте из этой смеси отвар и выпивайте по 1 литру отвара за 5 приемов в течение дня. Кору крушины можно не добавлять. Она рекомендуется в том случае, если болезни печени сопровождаются запорами.

Сбор для лечения печени, желчного пузыря и желудка: приготовьте отвар из равных частей травы зверобоя, травы душицы, цветков календулы, цветков ромашки и травы бессмертника. Пейте отвар по 0,5 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды.

Сбор для усиления кровоочищающих свойств печени: 10 г травы багульника, 5 г березовых почек, 10 г листьев мать-и-мачехи 2 ст. ложки корня валерианы,

20-30 г осиновой коры, 10 г листьев тысячелистника (при гипертонии исключается). Положить все компоненты сбора в эмалированную кастрюлю, залить 1,2 литра воды, довести до кипения и томить под крышкой 2 часа. Затем снять с огня, поставить в теплое место на 5-6 часов. Процедить через 2 слоя марли. Хранить в холодном месте. Принимать 3 раза в день утром натощак за 30 минут до еды, днем перед едой и вечером - перед сном.

Для выведения небольших камней из желчного пузыря воспользуйтесь таким народным средством. Заварите стаканом кипятка 1 ч. ложку с верхом сухой травы полевого хвоща, настаивайте 20 минут, затем процедите. Утром выпейте этот настой натощак, а через полчаса позавтракайте. Повторяйте эту процедуру ежедневно в течение 2-3 месяцев. Хвощ хорошо размягчает камни и превращает их в песок. Уже в начале лечения проходят сильные боли, а через месяц в моче начинает появляться песок.



Варикозное расширение вен

Расширение вен чаще всего встречается на ногах и имеет вид узлов. Заболевание сопровождается чувством тяжести в ногах, отеками. Болезнь может перейти в тромбофлебит, одним из симптомов которого являются сильные боли в ногах.

Приступая к лечению, нужно сбросить лишний вес. Время от времени нужно сидеть по 15-20 минут, положив ноги на спинку стула, чтобы они были выше головы.

Осторожно смазывайте вены спиртовой настойкой травы медуницы. Принимайте настойку внутрь 3 раза в день по 1 ч. ложке. Советуем также смазывать вены отваром или настойкой цветков календулы. Сок мятых листьев мать-и-мачехи и их отвар также прикладывают к венам и пьют без ограничения.

При венозной недостаточности со склонностью к тромбозу очень полезны инжир и вишня. В них содер-

жатся вещества, понижающие свертываемость крови. Принимайте цветочную пыльцу. Суточная доза - неполная чайная ложка (разделите ее на 3 приема). Курс лечения - 1 месяц, затем месяц перерыв. Ежедневно ешьте сырую клюкву, хотя бы по 10-20 ягод.

Лучшее средство для лечения варикозного расширения вен - конский каштан. Он снижает вязкость крови и таким образом способствует оттоку венозной крови. Настаивайте 50 г мелкоизмельченных плодов конского каштана в 0,5 л водки в течение месяца. Процедите. Пейте по 20-30 капель 3 раза в день за час до еды в течение месяца. Этой же настойкой смазывайте на ночь участки с расширенными венами.



А. Плеткин

От этой болезни страдали многие. Например, пятый прокуратор Иудеи Понтий Пилат. А излечил его (по крайней мере, на некоторое время) не кто иной, как сам Иисус Христос. О какой же болезни речь идет? О мигрени, дамы и господа, о мигрени...

Мигрень... Как много в этом слове...

Еще ее называли «болезнью аристократии» и разными другими мудреными словесами, однако, как ни назови головную боль, она головной болью так и останется. С той лишь разницей, что «истинная» мигрень, так сказать, классическая, от обычной головной боли кое-какие отличия все же имеет. Если буквально переводить слово «мигрень» с французского, тогда получается нечто вроде - «половина головы». То бишь, настоящая мигрень, - это когда болит «не весь чердак, а лишь его половина». Левая или правая - это по усмотрению владельца.

От шумеров до...

Хотя мигрень была известна почти с незапамятных времен, толком объяснить причины ее возникновения современные умы пока не могут. Впрочем, что означает - не могут? Описание периодических головных болей встречается в письменных шумерской цивилизации третьего тысячелетия до нашей эры, а позднее - в трудах Гипократа и Цельса. Во II веке нашей эры известный врач Гален подчеркнул один из самых характерных признаков мигрени - локализацию болевых ощущений в одной половине головы. А после великих древних медиков создавались и создаются поныне, конечно, всевозможные монументальные теории и толстенные диссертации. Но дальше обычных предположений дело, по существу, пока не продвинулось. Нужно подчеркнуть - **пока**. Когда мы говорим о чуме - тут ясно все. Известен и возбудитель, и как с ним, вражину, бороться. С целым рядом других заболеваний, в том числе и с мигренью, дело **пока** обстоит не так прозрачно. И ясно не все, и борьба не всегда эффективна.

Факты на стол!

Вот парочка примеров. Очень знаменитый и столь же уважаемый медицинский журнал Lancet приводит на своих страницах достаточно серьезное медицинское исследование, определяющее связь между приступами головной боли и употреблением в пищу некото-

рых продуктов питания. Испытывалось много видов пищевых продуктов, причем не только в поисках провоцирующих мигрень кулинарных изысков, но дополнительно они исследовались в предположении аллергического патогенеза. Больным назначалась особая, так называемая «олигоантигенная диета». И каковы же были результаты? Помимо облегчения головной боли наблюдалось улучшение сопутствующих симптомов, таких как боль в животе, расстройство поведения, припадки, астма и экзема. У большинства пациентов, у которых мигрень провоцировалась неспецифическими факторами, такими как постукивание по голове, физические упражнения и мерцающие источники света, такие факторы уже не провоцировали мигрень, пока пациенты находились на диете.

«А за мигрень ты мне ответишь!»

Или вот такое. В последнее время в печати встречаются сообщения о возможной зависимости мигрени и патогенной микрофлоры. Что сие означает? В принципе, то, что к мигрени пытаются подойти с тех же самых позиций, с каких подходили к эпидемиям чумы. Ученые попросту хотят выделить

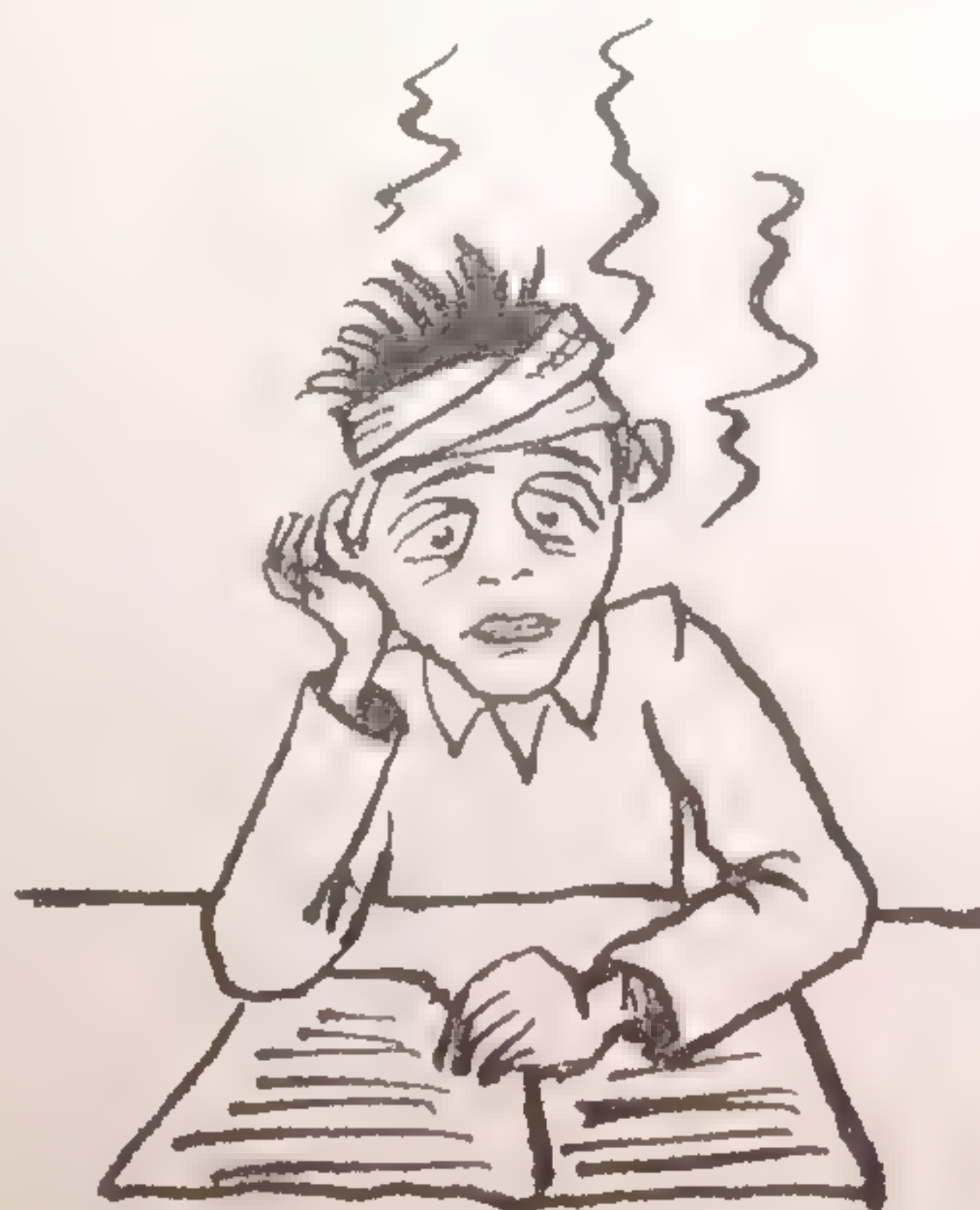
микроб, который «отвечает за мигрень». А кто из микробов в последнее время чаще всего обвинялся почти во всех бедах людских? Конечно же - *Helicobacter Pylori*! Он и за язву желудка «в ответе», и за рак, и за генные мутации. И, естественно, взаимосвязь хеликобактера пилори с мигренью тоже обнаружили. У больных с мигренью стали проводить курс антимикробной терапии с четкой ориентацией на *Helicobacter* и... И оказалось, что проводимая антибактериальная терапия часто приводит к исчезновению головных болей.

«И пошли они, ветром гонимые...»

Ну что тут скажешь?! Возможно, там, в дальнем зарубежье, у старых янки или тут, у «новых» (русских, украинских, белорусских и т.д. - нужно подчеркнуть), мигрень и возникает из-за неправильного питания. У подавляющего же большинства остального человечества она возникает не столько из-за еды, сколько из-за ее отсутствия. Что же касается *Helicobacter Pylori*, то даже странно, как наш микроб еще вообще жив. Его столько раз во всем обвиняли, все так интенсивно с ним борются, отовсюду его гонят. И куда, бедолаге, подеваться? Кажется, ему остается только одно - ласты склеить. Или, может быть, концы отдать. Или (хотя бы) дуба врезать.

Суть в сути

Так что, пока загадка мигрени за века не сильно-то и прояснилась. Вполне вероятно, она имеет неоднозначное происхождение. И совершенно не исключена также вероятность следующего - у одного и того же человека приступ жутких головных болей в разное время вызывается не одной причиной, а совершенно различными. И причина, скорее всего, не в возбудителе, а в самом человеке. Просто действительно имеются «аристократы» - генетически склонные к мигрени люди, точно так же, как и «неаристократы» - люди, совершенно им не подверженные. «Аристократы» и



«неаристократы», понятная вещь, деление чисто условное. Все равно как сви́фтовские «остроконечники» и «тупоконечники» из «Приключений Гулливера» или демократы и радикалы из близстоящего парламента — суть не в названии, а в сути: ведь, по сути, разницы-то нет.

И снова гены

Кстати, генетическая предрасположенность к мигреням давно доказана. Ежели ваша прабабушка ею страдала, то весьма и весьма велика вероятность того, что и вы (увы!) будете корчиться от головных болей. Но это отнюдь не доказывает ваше графское или баронское происхождение. Из всего изложенного выше следует лишь один вывод — причины для возникновения мигрени есть, нужно только их установить. Причем конкретно. Для каждого конкретного пациента. Свалить всех в одну корзину и лечить одинаково при данной болезни не получилось бы даже у Айболита.

Информация для...

Для тех, кто с мигренью все же не знаком (есть же такие счастливики!), поясняем. Мигрень — это такой вид головной боли, которая может быть чрезвычайно сильной, охватывать какую-то сторону головы (но также может распространяться и на обе стороны) и не прекращаться в течение нескольких часов и даже дней. Люди, испытывающие приступы мигрени, часто чувствуют себя совершенно разбитыми. Бывает у них и тошнота, и рвота. После того как боль прекратится, в течение еще нескольких часов человек может чувствовать себя нездоровым, но затем все приходит в норму. Приступы мигрени могут случаться пару раз в неделю, несколько раз в месяц или еще реже.

А дело было так

Предположительный механизм (никто еще не доказал это окончательно и бесспорно) возникновения болей заключается в нарушении кровоснабжении головного мозга и тканей, его покрывающих. Сначала кровеносные сосуды на несколько минут или часов сужаются, в результате чего кровоток к разным частям головного мозга уменьшается. На этой стадии могут появиться симптомы, которые предупреждают о надвигающемся приступе, но не причиняют вреда мозгу. По мнению специалистов, боль появляется именно тогда, когда кровеносные сосуды вновь расширяются.

«Лучший» способ лечения

Спровоцировать приступ может почти все. Если верить толстым книгам, то это гормональные измене-

ния, нерегулярное питание, недостаток сна, чрезмерные волнения, избыточные волнения, неадекватные физические нагрузки, перегрев, переохладение, употребление неправильных пищевых продуктов, некоторых лекарств, пищевых добавок, яркого света. Короче — виновата в мигрени жизнь. Оттого, наверное, самым действенным лекарством от нее многие «квалифицированные» источники называют гильотину. Дескать, раз — и все... Жаль, но вот никто из испытавших этот метод на собственной шее не смог подтвердить его действенность. Поэтому в исцеляющих свойствах гильотины позволите усомниться. Хотя, если кто-то из советчиков сильно желает проверить их на себе, — запретить научный эксперимент трудно. Пусть проверяют.

А что же помогает остальным людям, которые не склонны к крайностям?



Начнем с простого. Хороший способ. Проверенный веками. При самых первых признаках мигрени положите на голову компресс со льдом. Держите его на голове 20-30 минут. Под действием холода происходит сужение расширенных кровеносных сосудов. Холодный компресс со льдом фактически сразу же дает облегчение от боли примерно половине всех больных, страдающих мигренью.

Есть и другой способ. Холод на лоб, горячий компресс на затылок. Нечто вроде контрастного душа. Утверждают, будто тоже помогает. Естественно, что при обоих способах желательно принять горизонтальное положение и создать близкую к интимной обстановку — приглушить свет и шум.

Вековой опыт человечества — штука хорошая. Но он (опыт) хорош

в домашних условиях. Добиться эффекта от компресса на работе возможно лишь очень большому начальнику — из тех, кто может позволить себе цербера-секретаршу у входа в собственный кабинет, совмещенный еще с парочкой-тройкой комнат для отдыха и раздельными унитазами и джакузи. Остальным людям, даже если они на пятидневке и имеют гарантированный нормированный рабочий день, избавиться такими способами от приступа в период интенсивного созидания материальных благ удастся крайне редко. Чаще им приходится глотать «колеса».

«Колесо» — довольно крепко утвердившийся в современном языке наркоманский аналог слова «таблетка». Ни к шестисотым «мерсам», ни к горбатым «Запорожцам» такие «колеса», естественно, не подходят. Но после того как «таблетками» долго называлась разновидность женских шляпок, удивляться ничему не стоит. Так вот. Что из таблетированных медикаментозных препаратов нынче рекомендуют? А выбор, граждане, достаточно широк. И это еще раз говорит о неодинаковости причин возникновения мигрени. Например, многим помогает валидол. Другим — только цитрамон. Третьим — исключительно анальгин. «Колеса», как видите, разные. В последнее время их список значительно расширился. Настоятельно советуют применять такие препараты, как зомиг (по другим источникам — замиг), имигран, назальный спрей дигидергот. Вроде тоже помогают. Но не факт.

Не факт, что вам поможет озонотерапия или еще что-то. А почему? Все весьма просто, и мы об этом уже говорили — прежде всего необходимо установить истинную причину возникновения болей. Компресс, анальгин и прочее лишь устраняют неприятные симптомы болезни, но не источник их появления! Обследуйтесь. Вполне вероятно — то, что вы считаете мигренью, на самом деле — шейный остеохондроз. Только специалист установит истину.

Что делать нежелательно

Нежелательно использовать любые медицинские препараты без консультации врача. Настойчиво не советуем применять для снятия головных болей аспирин или ибупрофен — вреда от бесконтрольного применения подобных препаратов может оказаться куда больше, чем пользы. Особенно это касается аспирина. И не давайте его детям.

Профессор Алек Митчелл

Вес провоцирует высокое давление

Как правило, нормальным систолическим (верхним) считается давление до 140 мм рт. ст., а диастолическим (нижним) - давление до 90 мм рт. ст. Обычно давление повышается в моменты сильных физических нагрузок или при эмоциональном напряжении. Через какое-то время после прекращения действия этих факторов давление возвращается к норме. Устойчивое же повышение верхнего и нижнего давления, сохраняющееся и в отсутствие нагрузок, свидетельствует о гипертонической болезни.

Заболевание следует лечить комплексно. Прежде всего нужно снизить вес и постоянно его контролировать. Кроме того, необходимо изменить образ жизни и рацион питания, отказаться от курения, сократить потребление соли, алкоголя, постараться уменьшить стрессовые ситуации.



Если врач прописал лекарства от гипертонии, их надо принимать. Но постоянно увеличивать количество принимаемых лекарств, конечно, нежелательно, поскольку это может не лучшим образом отразиться на работе других внутренних органов и систем, а также вызвать отравление организма.

В народной медицине существует очень много средств, позволяющих мягко, без всяких побочных эффектов и какого-либо вреда для организма, снизить кровяное давление. Вот некоторые из них.

■ Смешать по 1 стакану сока свеклы, моркови, хрена (натертый хрен предварительно настаивают с водой в течение 36 часов) и сок 1 лимона, добавить 1 стакан меда, тщательно перемешать и принимать по 1 ст. ложке 2-3 раза в день за 1 час до еды или через 2-3 часа после еды. Курс лечения - 2 месяца.

■ Приготовить свежий свекольный сок, смешать его с медом в пропорции 1:1 и принимать по 2-3 ст. ложки 3 раза в день.

■ Пить морковный сок по 1 ст. ложке 3 раза в день до еды в течение нескольких месяцев.

■ 2 стакана размятой клюквы вскипятить с 0,5 стакана сахара и 1 стаканом воды, процедить и пить в течение дня вместо чая. Можно просто растереть клюкву с сахаром

(сахар - по вкусу) и принимать это лакомство по 1 ст. ложке 3 раза в день после еды.

■ Натереть 1 лимон или 1 апельсин с кожурой, смешать с сахаром и принимать по 1 ч. ложке 3 раза в день в течение 2-3 недель при гипертонической болезни в начальной стадии.

■ Взять 5 луковиц среднего размера без шелухи, 20 зубков чеснока, 5 лимонов без цедры и семян, мелко нарезанных, 1 кг сахарного песка. Все тщательно перемешать и залить 2 литрами кипяченой остуженной воды. Настоять в течение 2-3 суток в темном месте при комнатной температуре. Принимать смесь, не процеживая, по 1 ст. ложке 3 раза в день за 20 минут до еды.

■ Картофельные очистки тщательно промыть, залить кипятком, проварить 10 минут, настоять и пить по 2 ст. ложки 4 раза в день перед едой.

■ Каждое утро до полного выздоровления съедать натощак 1 измельченный зубчик чеснока, запивая его 0,3 стакана воды, в котором растворена 1 ч. ложка яблочного уксуса.

■ Измельчить 2-3 небольшие луковицы, залить 0,5 литра спирта или водки и настаивать в течение 7 дней в темноте при комнатной температуре. Принимать по 1 ч. ложке настойки, разведенной в 3 ст. ложках воды, натощак.

При гипертонии очень полезны чесночные ванны. Для этого растолочь 30-40 зубков чеснока, залить кашку 10 литрами кипящей воды и закрыв посуду, оставить настаиваться, укутав, на 6-10 часов. Полученный настой снова разогреть, не доводя до кипения, вылить в ванну или тазик и долить до нужного объема простой горячей водой или горячим настоем листьев березы. Если вы хотите принять чесночную ванну полностью, то соотношение чесночной и обычной воды или настоя листьев березы должно быть 1:10, если хотите попарить только ноги или руки - то 1:7.

Хорошим способом лечения гипертонии являются контрастные ножные чесночные ванны с резкой сменой воды от горячей до очень холодной. Сначала на 20 минут опустите ноги в горячую чесночную ванну, затем на 30 секунд - в холодную. Повторяйте процедуру в течение 20 минут. Завершите ее холодной ванной.

Первое время, начав пользоваться народными средствами, не отказывайтесь от лекарств. Однако скоро вы почувствуете, что вполне можете сократить дозу назначенных вам химических препаратов. Возможно, впоследствии вы сможете полностью заменить лекарства народными средствами.

Грибы... на коже

Для лечения грибковых поражений кожи в народной медицине издавна применяется чеснок. Советуем вам приготовить смесь из равных частей чесночного сока, 90-градусного спирта и дистиллированной воды и использовать ее для компрессов. Смесь является очень сильным антисептиком, применяющимся в качестве наружного средства против стойких грибковых поражений кожи, не чувствительных к лекарственным препаратам. Помимо наружного лечения чесноком следует принимать препараты чеснока внутрь. Помогают чесночный чай, чесночный отвар и чесночная настойка. Результат появится уже через 3-4 дня.

Можно смешать в равных частях листья ежевики, цветки календулы, траву хвоща полевого, траву вербены и дубовую кору. Залить 10 г этой смеси 1 стаканом воды, кипятить 15 минут. Настоять 2 часа и процедить. Делать компрессы и примочки, а также принимать внутрь по 1 ст. ложке 4 раза в день.

Вот еще один рецепт для примочек. Смешать 3 части дубовой коры и по 2 части вербены, плодов ежевики, соцветий календулы, травы хвоща полевого. Залить 3 ст. ложки смеси 1 стаканом воды, прокипятить в течение 15 минут, процедить. Использовать этот раствор для примочек и промываний в теплом виде.

При грибковом поражении ног рекомендуется перед сном ступни хорошо вымыть и погрузить их в крепкий винный уксус. Не вытирая ноги, надеть носки, пропитанные уксусом, и лечь спать, не снимая носки до утра.

Грибок через некоторое время исчезнет, если регулярно смазывать пораженные места 20-30%-м спиртовым раствором прополиса, протирать луковым соком или накладывать на пораженные места мелко истолченный лук.



Не стоит отчаиваться

Бесплодие не входит в число неизлечимых заболеваний. Тому есть множество примеров. Главное - проявить волю, терпение, настойчивость, не паниковать и не падать духом. В настоящее время существует много способов и методов лечения, с помощью которых женщине возвращается счастье материнства. Есть специализированные клиники и санатории, после пребывания в которых женщина полностью избавляется от причин, вызвавших бесплодие.

При лечении этого заболевания помимо хирургического вмешательства используются и современные медикаментозные средства, и физиопроцедуры, и грязи, и массаж. Но нередко дело удается сдвинуть с мертвой точки только благодаря применению народных средств и способов лечения.

Если, например, причиной бесплодия является наличие полипов в матке, рекомендуется пить как чай по 0,5 стакана отвара свежих еловых веток, собранных в сентябре - октябре (на 1 стакан крутого кипятка требуется 1 ст. ложка измельченных еловых веток).

Распространенная причина бесплодия - загиб матки. Иногда загибы матки проходят сами собой, но при этом могут возникнуть различные проблемы, связанные с вынашиванием плода. В частности, если женщина и забеременеет, то беременность, как правило, на третьем месяце прерывается выкидышем. Чтобы помочь матке выпрямиться, полезны спринцевания сильно вяжущими средствами, такими как танин и дубовая кора, а также внутренний массаж (висцеральная хиропрактика), выполняемый специалистом. К домашним способам устранения загиба матки относятся, например, хождение на четвереньках по 5-10 минут 2 раза в день.

Иногда бесплодие возникает из-за недостатка витамина Е, необходимого для зачатия. В этом случае нужно есть больше яичных желтков, а также кукурузу, печень, салат, проросшие зерна ржи, пшеницы, овса.

Хороший эффект дает применение различных растительных средств. Попробуйте некоторые из них.

Залить 1 ч. ложку травы шалфея 1 стаканом кипятка, настоять 30 минут, пить по 0,3 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды. Можно также в течение 12 дней сразу же после прекращения месячных пить по 1 десертной ложке 2 раза в день натощак сок свежего шалфея.

Залить 1 ст. ложку листа подорожника 1 стаканом кипятка, кипятить на малом огне 5 минут, настоять 1 час и пить по 1-2 ст. ложки 3-4 раза в день за 30 минут до еды.

Курс лечения 1-2 месяца.

Залить 1 ст. ложку травы горичвета 1 стаканом кипятка, настоять, укутав, 2 часа и процедить. Пить по 3 раза в день как чай.

Полезно принимать ванны из корневищ валерианы. Взять 30 г измельченных корневищ, залить их 1 литром холодной воды, настоять 1 час, прокипятить в течение 20 минут, после чего настоять еще 5 минут, процедить и вылить в ванну с температурой воды 36-36,5 градуса. Принимать ванну перед сном. Курс лечения 12-14 ванн.

По народным поверьям, для того чтобы женщина забеременела, ей советовали выращивать в доме фикус, поставить в воду или повесить пучок вербы, выпивать в день по чашке кумыса. В старину женщины, желающие забеременеть, носили на шее шарик из порошка высушенного оленьего рога, смешанного с коровьим навозом. Не совсем эстетичное украшение, но чего не сделаешь ради того, чтобы в один прекрасный день на крыше вашего дома появился белый аист с заветным сверточком в клюве...

Улыбнитесь. Вы прекрасны

Действительно, самомассаж десен - это очень эффективное средство для их укрепления. Самомассаж делают следующим образом. После чистки зубов небольшое количество зубной пасты или специального зубного эликсира наносят на указательный и большой пальцы. Массаж начинают от центра челюсти, постепенно перемещая пальцы в разные стороны. Передвигать пальцы нужно круговыми движениями: на верхней челюсти - сверху вниз от десен к зубам, на нижней - снизу вверх.

Утром массаж делают по ходу часовой стрелки, вечером - против хода часовой стрелки или наоборот. Давление на слизистую оболочку при массаже должно быть безболезненным, причем утром более глубоким, чем вечером. Продолжительность самомассажа десен составляет 5-7 минут.

После самомассажа полезно в течение 2-3 минут полоскать рот настоем трав душицы, тимьяна, эвкалипта, шалфея. Чтобы избавиться от кровоточивости десен, можно втирать в десны мед, смешанный с солью (на 20 г меда 5-10 г поваренной соли).

Для того чтобы укрепить слабые десны и шатающиеся зубы, народная медицина предлагает специальную зубную гимнастику, заключающуюся в разжевывании до кисточкообразного состояния веточки или деревянной палочки. Зубная гимнастика включает в себя 3

упражнения.

Покусывать веточку сверху-вниз (первое время очень осторожно).

Спустя 2-3 недели добавить такое упражнение: крепко зажав веточку передними зубами, двигать челюстями поочередно вперед-назад и вправо-влево.



Через месяц можно приступить к третьему упражнению: крепко держа один конец веточки рукой, а другой зубами, тянуть веточку, стараясь как бы оторвать от нее кусочек.

При выполнении этих упражнений напрягаются челюстные мышцы и создается дополнительный приток крови к деснам, зубам, слюнным железам, что способствует их укреплению.

Для укрепления десен рекомендуется ранней весной делать настои или жевать и глотать молодые побеги и листья растений, богатых витамином С: березы, сосновой хвои, липы, крапивы, сныти, щавеля, одуванчика.

Осенью и зимой их заменяют молодые листочки кресс-салата, который можно выращивать у себя на подоконнике. Кресс-салат - одна из самых быстрорастущих огородных культур, отличающаяся высоким содержанием витамина С. Семена всходят на 3-5-й день. На 7-й день всходы уже можно употреблять в пищу и пересевать несколько раз.

Кресс-салат можно выращивать даже без земли. Для этого нужно на пол-литровую стеклянную банку надеть капроновый чулок так, чтобы носок чулка приходился на дно банки. Свободный конец чулка завязать у края банки, лишнюю часть обрезать. На бумагу насыпать семена кресс-салата. Банку облить водой и покатавать по семенам. Семена легко прилипают к чулку. Затем банку поставить в тарелку с водой. Вода, поднимаясь по чулку, будет увлажнять семена. Свежие семена прорастают очень быстро, и есть их можно с первых же дней, обрывая с банки.

Когда ветрянка «прилетела»

Ребенок вдруг начал капризничать, плакать без причины, отказался от ужина. Утром он проснулся «в крапинку» с ног до головы — ветрянка.

Это острая вирусная инфекция. Она проявляется сыпью и распространяется воздушно-капельным путем. Болеют ею только люди: ребенок не может заразиться от своего щенка, попугая или котенка. Ветрянка невероятно заразна, поэтому дети, как правило, успевают переболеть ею в детском саду, приобретая стойкий иммунитет на всю жизнь. Это очень важно: чем человек старше, тем тяжелее переносит он «крапчатую» хворь.

Внедряется возбудитель ветрянки в слизистую верхних дыхательных путей. Там вирус размножается, накапливается, а потом по лимфатическим путям попадает в регионарные лимфатические узлы и в кровь.

Инкубационный период (время от заражения до попадания вируса ветрянки в кровь) может продолжаться до двадцати дней. В это время ребенок чувствует себя вполне прилично, он не опасен для окружающих. Но как только вирус попал в кровь, болезнь поднимает голову: у малыша пропадает аппетит, болит голова, подсккаивает температура. Когда же вирус проникает в клетки кожи, начинается активное «раскрашивание» человека (или человека).

Сначала появляются красные пятнышки диаметром 2-4 мм. За считанные часы они превращаются в узелки (папулы), а те, в свою очередь, становятся пузырьками — вертикулами (с прозрачным, а затем мутным содержимым). Наконец пузырьки вскрываются, и содержимое вытекает, оставляя корочки, бесследно исчезающие со временем. Высыпание идет волнами. Первая волна «разрисовывает» детскую кожу пятнами, оборачивающимися папулами, везикулами и корочками. Вторая волна (те же самые пятнышки с последующими превращениями) накладывается на первую. Картина получается свое-

образнейшая. Педиатры начала XX века дали великолепное сравнение: ветряночная сыпь напоминает пятна от воды, пролитой на раскаленную плиту.

В подавляющем большинстве случаев дети выздоравливают легко. Лишь к ослабленным малышам липнут осложнения (ветряночные энцефалиты, пневмонии, а также стоматиты, гингивиты и отиты). Но вирус ветрянки может и затаиться. Он годами живет в нервных узлах организма, вспыхивая вдруг у вполне зрелого человека симптомами опоясывающего лишая. Обычно малыш остается дома, на попечении мамы. Мамина задача — не допустить, чтобы на ребенка с ослабленной иммунной системой набросились микробы. Для этого нужно подстричь ему ногти, переодеть в чистое, почаще менять постельное белье. Сыпь 2-3 раза в день обрабатывается антисептиками: однопроцентным спиртовым



раствором зеленки; 0,05 - 0,1 %-м раствором этакридина лактата (другое название этого препарата — риванол, он желтого цвета); однопроцентным водным раствором метиленового синего или раствором фукоцина (красная жидкость). Представьте, как развеселится малыш, увидев в маминых руках такую палитру?

Если температура выше 38 градусов и ребенок плохо переносит ее, можно дать ему детский парацетамол. При сильном кожном зуде врач скорее всего порекомендует антигистаминные препараты.

Е. Чеботарева

Корни подростковых страхов

«Я не просил, чтобы меня родили, жизнь такая страшная!» — эти слова, сопровождаемые хлопаньем дверью, знакомы многим родителям подростков. Ученые считают, что открыли причину этих страхов. Нервная активность в мозгу подростков так интенсивна, что им трудно перерабатывать информацию, что делает их эмоционально и социально несостоятельными. Оказывается, когда дети достигают половой зрелости, их способность понимать чувства других людей резко падает. Более того, эта способность не приходит в норму до достижения ими 18 лет. Ученые считают, что подростки находят жизнь такой страшной, потому что не оценивают жизненные ситуации с такой же скоростью, как взрослые люди.

Предыдущими исследованиями установлено, что достижение половой зрелости сопровождается внезапным усилением связи нервов в разных частях мозга. В частности, повышается активность в префронтальной коре головного мозга. Это очень важно для оценки общественных связей, равно как и для контроля за поведением в обществе. Для выяснения способности префронтальной коры головного мозга по-разному функционировать в зависимости от возраста 300 участникам эксперимента в возрасте от 10 до 22 лет показывали картинки с изображением лиц и слов. Участники эксперимента должны были идентифицировать отраженные на лицах эмоции, такие как злоба, счастье, печаль или безразличие. Оказалось, что скорость распознавания эмоций по достижении возраста 11 лет падает почти до 20%, восстанавливаясь до нормального уровня лишь в 18 лет.

Так что грубость и вспышки раздражения подростков объясняются тем, что как раз в том возрасте, когда подростки участвуют во множестве разнообразных социальных контактов, их мозг находится в стадии «перенастройки» и они не способны расшифровать эмоциональное состояние людей, находящихся рядом, что приводит к социальным конфликтам.

Закуска к магнитной буре

Осенью, в период сезонной адаптации, организм становится особенно чувствительным к неблагоприятным геофизическим факторам. Избежать неприятностей поможет специальная диета.

Морковка с устрицами

Как показали исследования, в неблагоприятные дни образуется избыток свободных радикалов, повреждающих клеточные оболочки — мембраны. Питательные вещества в клетки начинают поступать с перебоями, и обменные процессы нарушаются. В результате организм хуже усваивает углеводы. Вот почему осенью в организме должно быть как можно меньше сладкого.

На защиту клеток от свободных радикалов встают природные антиоксиданты. Они содержатся в проросшем овсе, свежем растительном масле, фруктах и овощах. Антиоксидантной активностью обладают витамины С, Е, А и его предшественник бета-каротин, а также незаменимый микроэлемент селен, содержащийся в устрицах, крабах и других дарах моря, почках, печени, пшенице, выросшей на богатых селеном почвах. В том же списке особый фермент — коэнзим Q 10, источники которого — рыба, орехи и растительное масло. Разнообразьте этими продуктами свой стол, и вы легко адаптируетесь к холодам.

Сковородка в изгнании

Имейте в виду: все жареное и острое подстегивает образование свободных радикалов, поэтому не обжаривайте даже лук с морковью для супа. Ухудшению самочувствия (или, как говорят ученые, оксидативному стрессу) способствуют курение, чрезмерные, до изнеможения, занятия спортом и пристрастие к мясу. Потребление животного белка осенью желательно ограничить, но кусочек нежирного мяса, творог, кефир, йогурт и другие молочные продукты не повредят.

Купинарные советы

■ Глубокой осенью особенно полезны растительные белки. Почаще подавайте к столу фасоль, чечевицу, горох, рисовую, овсяную и гречневую каши.

■ Противостоять похолоданию и магнитным бурям поможет капуста. Она легко усваивается, не перегружая печень и пищеварительную систему, при минимуме калорий содержит максимум незаменимых аминокислот, белков, жиров, витаминов, ферментов, а также бактерицидное вещество лизоцим, тартроновую кислоту, пентоновые соединения, обезвреживающие конечные продукты обмена и способствующие выведению холестерина. А благодаря особым кислотам — фолиевой и винно-каменной, тормозящей образование жиров, капуста нормализует обмен веществ. Если в неблагоприятные дни осенью вы чувствуете себя взвинченным и плохо засыпаете, принимайте за час до сна по полстакана свежего капустного сока.

■ Еще один овощ, заслуживающий особого уважения, — репчатый лук. Накануне или непосредственно в неблагоприятный день съешьте половинку головки репчатого лука либо выпейте 2-3 столовые ложки лукового сока.

■ Чередуйте рыбную диету с

молочно-растительной. Первая повышает в крови количество липопroteидов высокой плотности, предупреждая образование тромбов и атеросклеротических бляшек. Вторая помогает организму очиститься от токсинов, образующихся в процессе обмена веществ, нейтрализует продукты перекисления жиров и свободные радикалы, стимулирует восстановление ферментов.

■ Время от времени устраивайте яблочно-морковные разгрузочные дни. Они предупреждают развитие инсульта и инфаркта, риск которых повышается при неустойчивой погоде и геомагнитных возмущениях.

■ Замечательное профилактическое средство от осенних неприятностей — настой ромашки. В неблагоприятные дни достаточно выпить 1/2 стакана за 30 минут до еды, чтобы легче перенести их.

Осеннее меню на неблагоприятный по геофизическим факторам день

Завтрак. Овсяная каша на воде с курагой и орехами (вместо сахара лучше использовать мед), либо кусочек рыбы (50-60 г), или нежирного мяса с овощами, либо 100 г творога со сметаной. Ломтик хлеба, чай или стакан молока.

Обед. Салат из овощей либо винегрет, заправленный растительным маслом. Молочный или овощной суп (борщ, бульон). 80 г рыбы или птицы с зеленью, овощным или картофельным гарниром. 1-2 ломтика хлеба, стакан сока или яблоко.

Полдник. 2 яблока или банана. Последние действуют как природные антидепрессанты, улучшающие настроение и выравнивающие артериальное давление.

Ужин. Салат, сырники либо творожный пудинг со сметаной (50-100 г). Ломтик хлеба, чай или стакан молока.

За час до сна. Яблоко и стакан отвара шиповника либо кефира.

А. Чубаров



Аспириновое похмелье

Аспирин и алкоголь несовместимы, утверждают американские ученые. Принятый вместе со спиртным или в ближайшие 4 часа после его употребления аспирин и содержащие его таблетки типа алка-зельцер повышает концентрацию этилового спирта в крови, ускоряет наступление похмелья и усиливает его проявление.



Ведьма поддерживает государство

Правительство Норвегии выделило грант на развитие собственного дела 33-летней ведьме, занимающейся колдовством, изготовлением зелий и предсказаниями судьбы, сообщает сайт телекомпании MSNBC.

В ее малое предприятие государство решило инвестировать 53 тысячи норвежских крон (7400 долларов). Перед этим, правда, с Лены Скарнинг было взято обещание не творить вредоносных заклятий.

Ведьма рассказала журналистам, что практикует магию в течение 13 лет, по сравнению с которыми сегодняшний день создает особую ситуацию. Общемировой колдовской контекст сильно изменили книги о Гарри Поттере, и теперь в обыденном сознании нашлось место и для волшебства.

«Но Гарри Поттер - это сказка, а я нет. Я реально существую. И теперь я единственная норвежская ведьма, которую поддерживает государство», - заявила Скарнинг, подсказавшая верный способ того, как определить, что Поттер - это выдумка.

«Он садится на метлу задом наперед. У настоящей ведьмы впереди сама метла, а не черенок», - сказала она.

Лена Скарнинг призналась, что правительственные деньги собирается пустить на предсказания судьбы с помощью карт Таро и корпоративные семинары по волшебным трюкам. Кроме того, эта сумма поможет ей создавать волшебное масло для ванны, зелья и кремы для лица, которые очищают не кожу, а ночные сновидения. Ингредиенты для этих препаратов послужат в основном травы.

Воскресение Ли-Энн

История, случившаяся с англичанкой Ли-Энн Фолкнер, похожа на чудо, хотя началась она трагично. В марте этого года юной спортивной девушке, ни разу в жизни серьезно не болевшей, внезапно стало плохо. Приехавшие врачи схватились за голову: острый миокардит - серьезное заболевание сердца. Такое тяжелое, что жить Ли-Энн оставалось не более 36 часов.

Девушку немедленно доставили в окружной госпиталь, где вживили кардиостимулятор: с ним она должна была дожидаться донорского сердца. Ли-Энн спасли жизнь, но надолго ли? Ведь пациенты с донорским сердцем живут не больше 15 лет, и семья Фолкнер была в ужасе от того, что их дочь умрет тридцатилетней...

И тут случилось то самое чудо. Через 4 месяца наблюдений (а донорский орган порой ждут годами) врачи с изумлением заметили, что собственное сердце Ли-Энн вновь заработало, да так, будто и никогда и не болело.

Медики сделали все возможные исследования и пришли к выводу: кардиостимулятор можно извлечь. Что и было выполнено недавно. Врачи так и не нашли объяснения этому феномену, а Ли-Энн и не настаивала. Достаточно того, что ей возвращены десятки лет жизни, а уж она-то теперь знает ей цену.

Коты спасают от аллергии

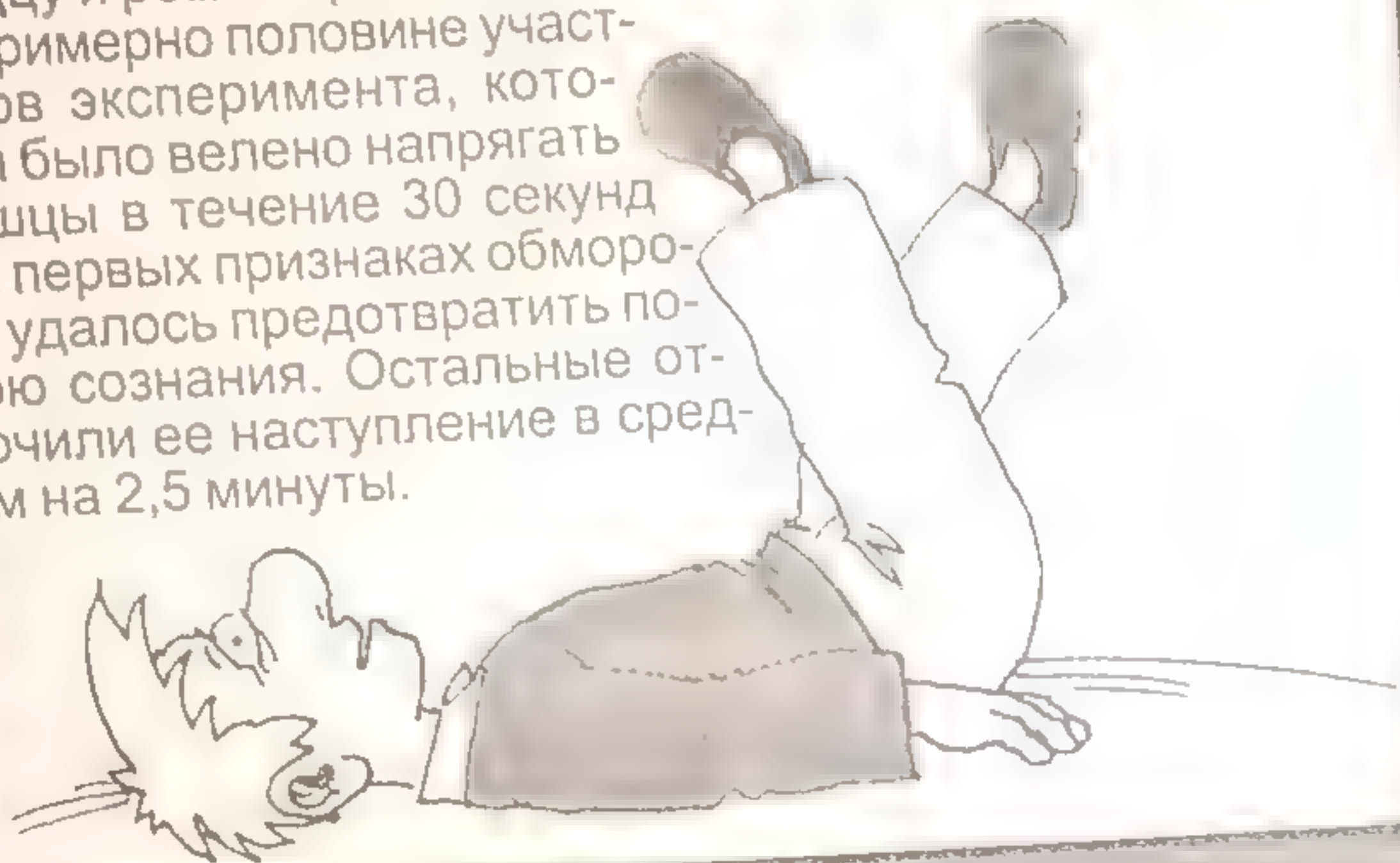
Дети, которые проводят первые годы жизни в тесном контакте с домашними животными, гораздо реже страдают от аллергии. Исследовав более 400 детей, росших бок о бок с кошками и собаками, американские ученые установили: ежедневное общение с четвероногими не только не вызывало аллергии, а наоборот, предупреждало ее развитие. Благодаря тесному общению в крови малышей оказался значительно снижен уровень иммуноглобулина Е, провоцирующего появление аллергических реакций.



Скращение ног

При первых признаках обморока не обязательно хвататься за лекарства – достаточно просто скрестить ноги. Этот метод может предотвратить или по крайней мере задержать потерю сознания, считают ученые из Амстердама. Дело в том, что обморок часто провоцирует недостаточное поступление кислорода в мозг. Врачи предположили, что скрещивание ног и напряжение мышц живота, ягодиц и ног усилит поступление венозной крови из нижних отделов к сердцу и решит проблему.

Примерно половине участников эксперимента, которым было велено напрягать мышцы в течение 30 секунд при первых признаках обморока, удалось предотвратить потерю сознания. Остальные отсрочили ее наступление в среднем на 2,5 минуты.



Знай меру

Многими граммами рекомендовал глотать витамин С дважды нобелевский лауреат Лайнус Полинг. С его легкой руки мнение об этом витамине как о панацее чуть ли не от всех бед вошло в обиход, а поколение 70-80-х годов ежедневно заглатывало аскорбинку от простуды в периоды наибольшего риска, от рака молочной железы и так далее.

Недавно британская газета «The Times», ссылаясь на журнал «Nature», сообщила о последнем, сенсационном исследовании медиков из университета Лейсестера, практически опровергающем догмы последних лет. Они показали, что витамин С при повышенных дозах способен оказывать не только защитное, но чаще и повреждающее воздействие, повышая общую обменную кислотность организма и вызывая рост кристаллизации солей с последующим камнеобразованием в мочевыводящей системе. Британские медики незамедлительно рекомендовали снизить дозы ежедневного употребления аскорбиновой кислоты до 60-70 миллиграммов в день, желательно получая ее, впрочем, как и другие витамины и микроэлементы, из натуральных продуктов – за счет сбалансированной диеты, а не в виде химически синтезированных препаратов в таблетках.

Вдыхая розы аромат

Аромат роз или миндаля может служить прекрасным болеутоляющим средством, но только для женщин. А вот запах уксуса, напротив, усиливает боль. Исследователи из Канады заставляли добровольцев обеих полов опустить руки в обжигающе горячую воду и при этом вдыхать различные ароматы. Оказалось, что приятные запахи способны заглушать боль у женщин, но никак не воздействуют на мужчин.

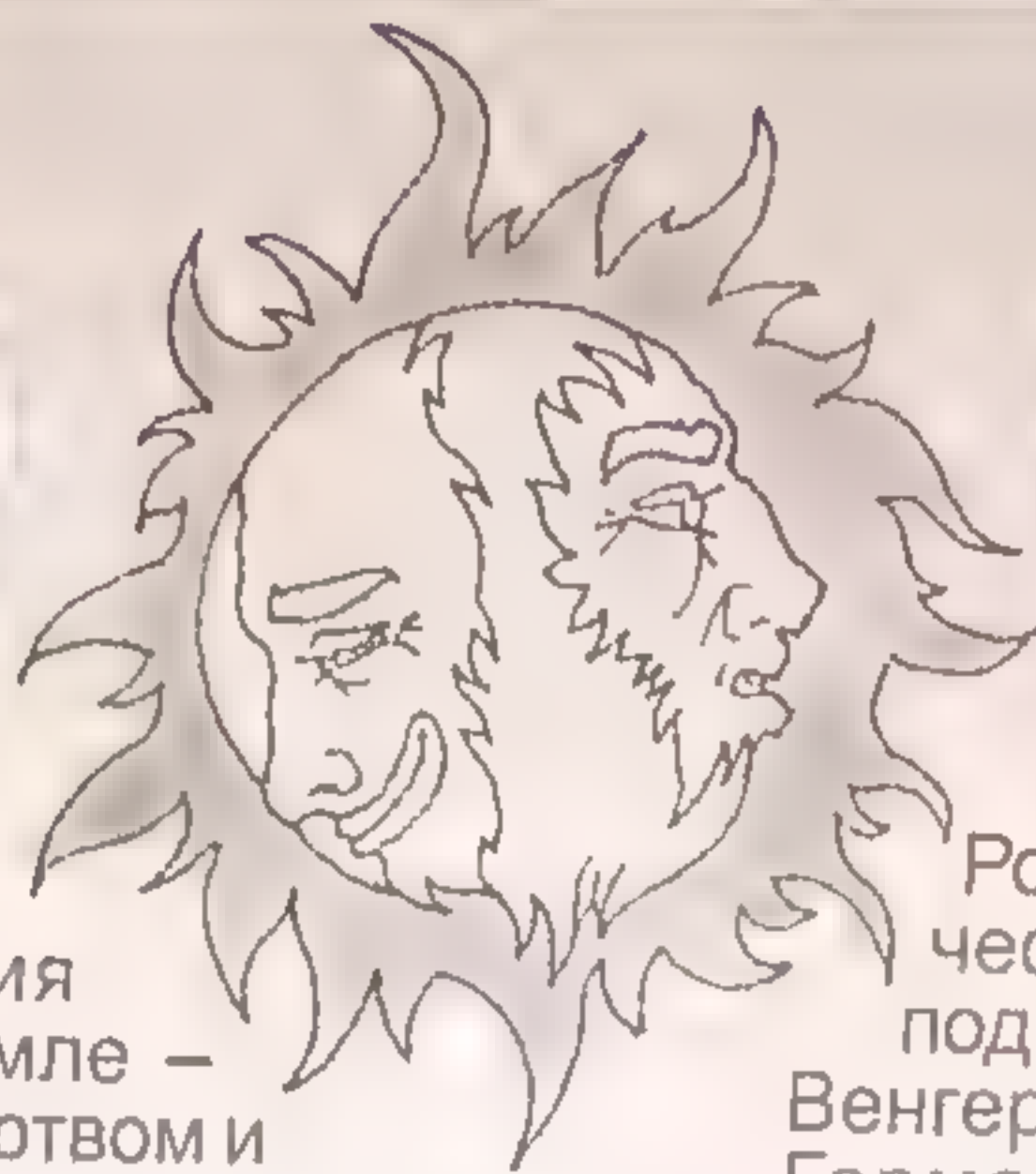
Что же касается настроения, то здесь, как мужчины, так и женщины способны ощутить прилив энергии в присутствии приятных ароматов. С другой стороны, дурной запах способен резко ухудшать настроение.

Оздоровительное овощеводство

Питер Глензбрук – победитель ежегодного чемпионата Великобритании по выращиванию гигантских овощей. У него в огороде луковички величиной с арбуз, помидоры, как тыквы, и кабачки крупнее среднеазиатских дынь. Нечего удивляться, что 84-летний фермер – убежденный вегетарианец. А другая удачливая огородница – Ким Лейси не ест сладкого, поскольку страдает сахарным диабетом. Ей пришлось зарыться в землю по пояс, чтобы выкопать самую крупную свеклу в мире – 5 м 50 см в диаметре! Но дело того стоило – свежеежатый свекольный сок помогает Ким нормализовать уровень глюкозы в крови.



Разъяренное солнце



Солнце – двуликий Янус: мы живем благодаря ему, но и страдаем от его бурлящих ядерно-плазменных стихий. Каждый взлет солнечной активности тут же эхом прокатывается буквально по всем «земным этажам». Наука установила, что взлеты эти цикличны, а самих циклов много и у каждого своя протяженность: 160-минутный, 27-дневный, 11; 22; 44-летние, вековой, продолжительностью 280, 400, 600, 1800, 170 000 000 лет (галактический год)... Напомним, что самый важный для землян – 11-летний. Первым исследовал его влияние на биосферу и человека основоположник гелиобиологии профессор Александр Чижевский, который, проанализировав невероятное количество данных и событий, не только открыл ряд важнейших закономерностей солнечно-земных связей, но и ввел социум в Космос – связал историю человечества с жизнью Вселенной.

Наложив на 11-летний цикл, как на кальку, земные события, многое можно объяснить и в прошлом, и в настоящем, и в будущем. 11-летний цикл образуется из четырех периодов. На первый (три года – время минимальной активности Солнца) приходится пять процентов значимых событий, на второй (два года – нарастание максимума) – двадцать процентов событий, на третий же (три года – максимум) – шестьдесят процентов событий, на четвертый период (три года – спад максимума) – пятнадцать процентов событий. Больше других нас, разумеется, должен занимать третий период – время солнечно-земных кульминаций. Чижевским отмечено:

«...Наше солнышко приходит в неистовство девять раз в столетие. Девять раз, по 2-3 года каждый раз, приступами его охватывают судороги, конвульсии, пароксизмы, и оно посылает в пространство осколки атомного и ядерного распада высоких энергий, мощные фотонные и радиоизлучения. Девять раз в столетие, в течение 2-3 лет каж-

дый раз, все без исключения явления на Земле – синхронно, в мертвом и живом царстве, приступами – приходят в конвульсивное содрогание: страшные ливни, наводнения, смерчи, торнадо, ураганы, бури, землетрясения, оползни, вулканическая деятельность, полярные сияния, магнитные и электрические бури, сокрушительные грозы и вызываемые ими пожары лесов, степей и городов.

Живая материя в эти годы приходит также в неистовство. Эпидемии и пандемии проносятся по земному шару. Появляются резкие отклонения от обычного хода хронических и острых заболеваний, общая смертность во всех странах в эти годы достигает своих максимальных значений. Инфекционные заболевания претерпевают необычные модификации. Число мутаций у растений резко увеличивается. Микробы и вирусы также испытывают бешенство солнечных корпускул и радиации. Им не уступает нервная система, этот тончайший прибор высокоорганизованных существ. Саранчовые совершают в эти годы опустошающие налеты, мигрируют якобы без особых внешних причин рыбы, птицы, грызуны, крупные хищники. Все неживое и живое на планете приходит в движение! Все волнуется, включается в общий вихрь волнений, беспокойства и смятения!»...

Рубикон перейден

Но и это еще далеко не все: период максимальной активности светила – тот самый временной рубикон, когда разрешаются и всемирно-исторические проблемы человечества, творятся величайшие безумства, свершаются крупнейшие революции, столкновения народов... Вот лишь один пример. В максимуме 15-го цикла Солнца – 1918 год. Именно тогда нервно-психическая энергия Земли, закипев, пошла в рост. Откройте карты тех времен, взгляните, как нервно-психические волны, заряженные идеями мировой революции, катятся от

России, следуя законам психической инфекции, охватывают, подмывают мир. Гибнет Австро-Венгерская империя, вспыхивают Германия, Венгрия, Словакия, Польша, Турция, Монголия, Индия, Китай...

Я не знаю — что, но я знаю — когда

И еще раз процитируем знаменитого провидца: «Государственная власть должна знать о состоянии Солнца в любой данный момент. Перед тем как вынести то или иное решение, правительству необходимо справиться о состоянии светила: светел, чист ли его лик, или омрачен пятнами?» В конце 20-х годов Чижевский предпринял попытку предупредить власти об ожидаемых катастрофах. «Я не знаю – что, но я знаю – когда», – писал он. Увы, тогдашним правительством гелио-прогноз не был услышан. Между тем максимум солнечной активности пришелся на 1927-1929 (16-й цикл) годы. Именно тогда развернулась широкомасштабная кампания против вредителей, кулаков, началась геноцид крестьянства...

«Волна истории» с востока на запад

Вспомним последний, 22-й, цикл светила, а в нем – время максимальной солнечной активности, 1989-1991 годы. Даже для выдавшего виды XX века стремительность и радикальность произошедших тогда перемен беспрецедентны.

Немецкий исследователь Э. Зюсс, сопоставив потоки исторических событий с солнечной активностью, нашел не только совпадающие периоды, но и заметил, что «волны истории» с определенной скоростью перемещаются по земному шару с востока на запад. Так было в уже упоминавшемся максимуме 15-го цикла (в 1917-1918 гг.), по тем же законам психической инфекции развивались события в 1989-1991 годах.

Астрофизики оценивают пережитый нами 22-й цикл как аномальный. Но сравнительные исследования

показывают, что нечетный цикл Солнца мощнее четного. Отсюда можно сделать не очень утешительный вывод: начавшийся в 1996 году 23-й цикл, безусловно, должен не только превзойти своего предшественника, но и наивысшие пики столетия!

Словом, ожидается нечто необычайное, и это нечто уже разворачивается на наших глазах: минимум 23-го цикла позади — с мая 1997 года активность светила усилилась, резко пошла в рост — с проявлением мощных вспышек, что, заметим, обычно происходит на спаде солнечной активности, а тут — на подъеме. Первый ощутимый всплеск активности — в сентябре 97-го, в начале ноября — первые мощные протонные вспышки в северном полушарии. 20 апреля — 6 мая 1998 г. — пять протонных явлений и весьма впечатляющая магнитная буря; 18-24 августа — три мощнейшие вспышки... Дальше — больше. Максимум же солнечной активности, по прогнозам отечественных и зарубежных специалистов, ожидается вблизи 2004-го года...

Пока трудно сказать, в водовороте каких исторических событий мы окажемся, чем обернется грядущее возмущение светила. Но ясно: пробуждение психосферы Земли неизбежно.

Осторожно — вспышка!

Наибольшую опасность для нас представляют солнечные вспышки, которые вызывают геомагнитные бури. Причем начинаются они внезапно и одновременно на всем земном шаре. Чем мощнее вспышка, тем круче буря на Земле.

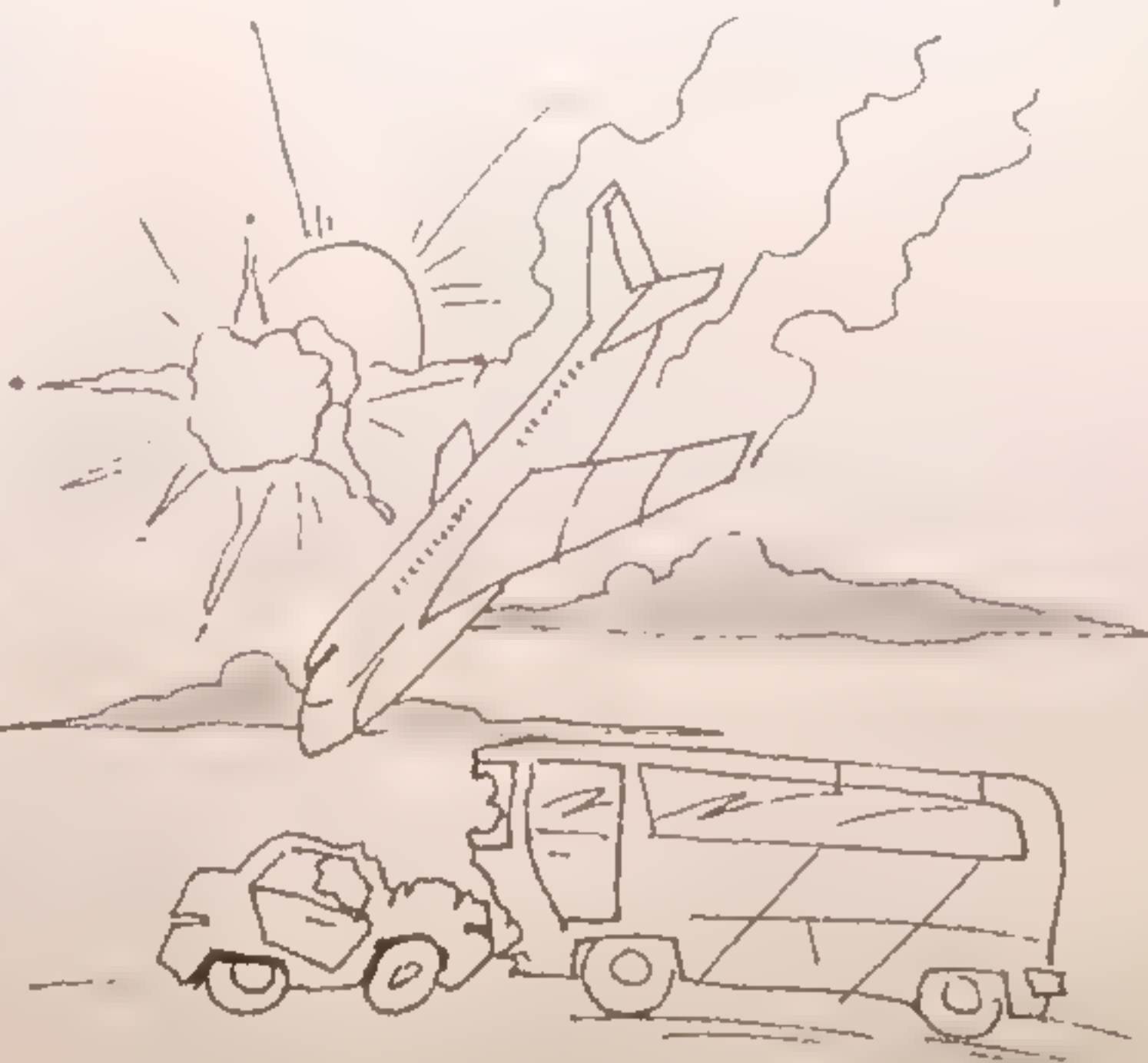
По данным ИЗМИРАНа, 70 процентов мировых авиакатастроф происходит как раз из-за — и во время — магнитных возмущений. Надо думать, вывод для путешественников очевиден. Весьма впечатляют и другие заключения ученых. Так, на огромном материале, охватывающем около 100 тысяч автомобильных аварий в Гамбурге и Мюнхене, замечено их резкое увеличение на второй день после солнечной вспышки. У водителей зарегистрировано замедление реакции на сигнал в четыре раза по сравнению с днями спокойного Солнца. Количество аварий, приходящихся на следующий день после протонных взрывов на Солнце, в четыре раза превышает их число в «спокойные» дни. Так что следите за про-

гнозами геомагнитных бурь. Сошлюсь хотя бы на доцента Томского мединститута Владимира Десятова, который около 20 лет (!) ежедневно сопоставлял случаи скоропостижной смерти с состоянием ионосферы, изменениями солнечной активности. Выяснилось: смертность существенно увеличивается в первые трое суток после хромосферной вспышки на Солнце.

К магнитным бурям более всего чувствительны люди с нарушениями нервной и сердечнососудистой систем. Причем мужчины к активности магнитного поля Земли восприимчивы куда сильнее, нежели женщины. Астма, язвы, эпилепсия, повышение артериального давления (как правило, у пожилых), психические и прочие заболевания также взаимосвязаны с состоянием магнитного поля Земли. Во время бурь меняется состав крови (даже у здоровых людей), возрастает число самоубийств...

Предупреждение Чижевского

Александр Чижевский предупреждал: «Бывают дни, когда для больного человека Солнце является источником смерти. В такие дни из жизнеподателя оно обращается в заклятого врага, от которого человеку некуда ни скрыться, ни убежать. Смертоносное влияние Солнца настигает человека повсюду, где бы он ни находился. Лишь наука, которой дано предвидеть заранее явления, может указать на грядущую опасность, и дело врача — мобилизовать орудия медицины, чтобы больной организм мог перенести эту неравную борьбу с теми производными явлениями, которые возникают в результате специфического излучения Солнца». И то, что в годы минимальной активности Солнца смерт-



ность снижается, а в периоды максимумов, напротив, увеличивается, также доказано наукой.

Началась смена великих эпох — уходит «час» Рыб и грядет эра Водолея, как твердят астрологи, и эра России, чья энергия усиливается с каждым годом, а начиная с 2003 года она станет преобладать... 1974 — 2004 годы — время «черного цикла» (сближение с Солнцем) Плутона. Мы входим в зону космического риска, возникающую в силу эллиптических положений Юпитера и Сатурна — для нас это может обернуться 2001-2008гг.) сильным холодом...

Один из астрологических тезисов гласит: каждая планета не только «ответственна» за определенное направление событий, но и моделирует их. Нормальный ход траекторий гарантирует нормальный ход событий. Осложнения же возникают тогда, когда несколько траекторий перекрещиваются или сходятся. Так вот, опираясь на статистику, доктор химических наук, член Лондонской астрологической ложи, руководитель Школы научной астрологии Ш. Величко и космогеоритмолог-прогнозист А. Херсонов-Удачин утверждают: по крайней мере на протяжении последних двух столетий прохождение «вредоносных» планет — Марса, Сатурна, Урана и Плутона — через так называемую «ось катастроф».

Мистическая наследница Ванги

На сей счет высказалась и болгарская ясновидящая Вилия Гетова, которую многие считают духовной, или мистической, наследницей Ванги. Так вот, ее глобальные пророчества таковы: «Рубеж двух тысячелетий будет относительно спокойным, но три года — с 2002-го по 2004-й — станут периодом Апокалипсиса для некоторых стран. Планету ждут стихийные бедствия, которые начнутся в США и охватят в основном государства Запада... Что касается России, то она, по словам Гетовой, пострадает лишь отчасти и местами — основные потрясения ожидаются в районах Крайнего Севера и Сибири...

Сбудутся ли эти мрачные прогнозы? События уже ближайших лет подтвердят их или опровергнут.

Постараемся все-таки искать основания для оптимизма, помня истину: знающий — предупрежден.

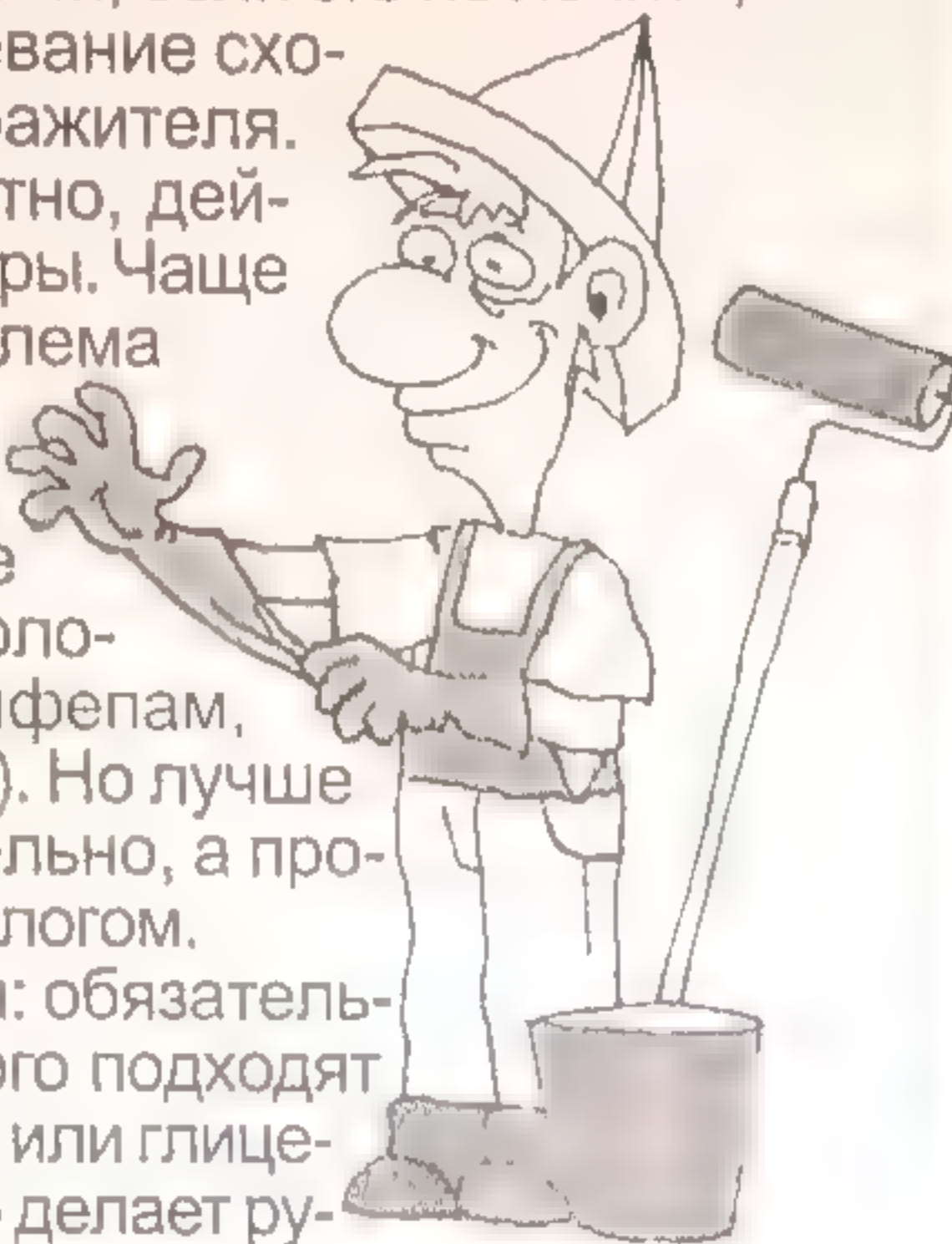
А. Петренко

?

У меня на руках после ремонта появились корочки, похожие на экзему.

Это контактный дерматит, который, если его не лечить, может перейти в экзему. Обычно заболевание сходит на нет при устранении раздражителя. Если этого не происходит, вероятно, действуют какие-то отягчающие факторы. Чаще всего на сегодняшний день проблема кроется в состоянии желудочно-кишечного тракта. Необходима коррекция - препараты, которые улучшают состояние кишечной флоры (примадофилус, линекс, полифепам, энтеродез, мезим форте, фестал). Но лучше не назначать их себе самостоятельно, а проконсультироваться с гастроэнтерологом.

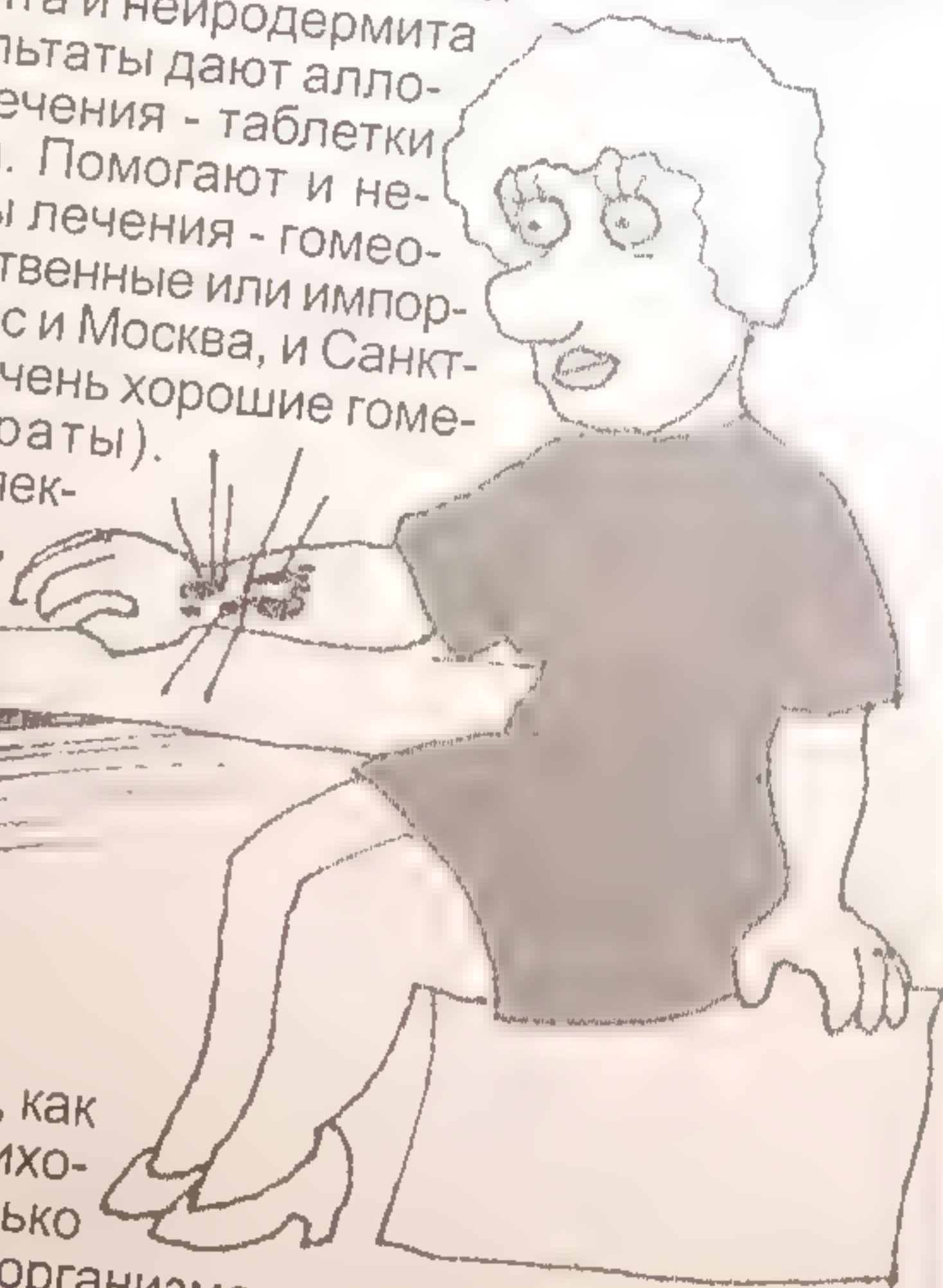
Что касается местного лечения: обязательно нужно защищать кожу, для этого подходят кремы, которые содержат силикон или глицерин. Если человек работает, что-то делает руками, надо обязательно использовать крем и защитные перчатки. Чтобы прекратить зуд, применяют гормональные кремы.



?

Меня мучит нейродермит правой руки, выше кисти. Какие только лекарства я не принимала, но вовремя прекратила, так как лечение было безуспешным. Может, появились какие-то новые средства?

Речь идет только о правой кисти, поэтому это ограниченный нейродермит, сейчас его называют атоническим дерматитом. В этом случае лечение сводится, как правило, к поддерживающей терапии. При нестерпимом кожном зуде сегодня стараются сочетать антигистаминные препараты пролонгированного действия, когда одной таблетки достаточно на 24 часа, с препаратами короткого действия. Вариантов лечения атонического дерматита и нейродермита много. Хорошие результаты дают аллопатические методы лечения - таблетки внутрь, мази снаружи. Помогают и нетрадиционные методы лечения - гомеопатия, неважно, отечественные или импортные препараты (сейчас и Москва, и Санкт-Петербург выпускают очень хорошие гомеопатические препараты). Пользу приносит и рефлексотерапия - иглотерапия, электропунктура. Сочетание этих методов дает хороший и стойкий результат. Во время лечения желательно несколько раз сдать анализы крови и мочи. Важно не только узнать те или иные показатели, но и посмотреть, как быстро они меняются и приходят в норму, то есть насколько выражен резервный запас организма.

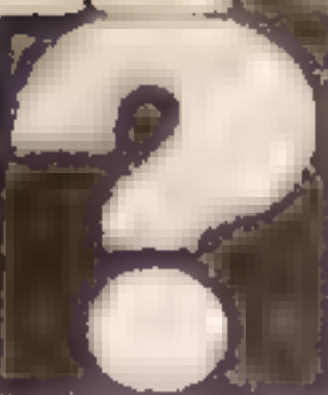


?

У меня постепенно прогрессирующий параспориоз. Врачи говорят, что это заболевание редкое, малоизученное и несмертельное, а потому и лечения практически нет. Может, в Москве больше осведомлены об этом недуге?

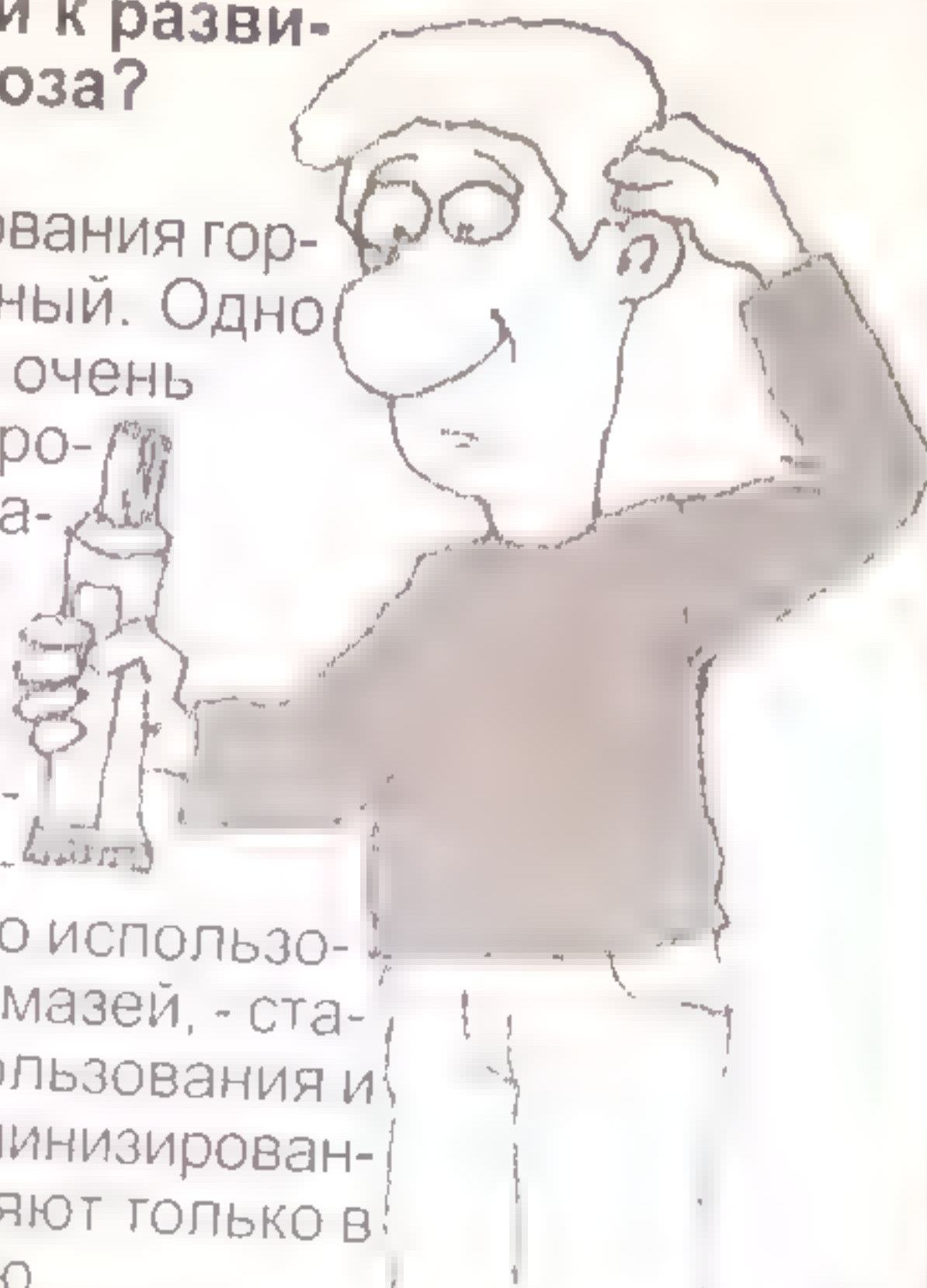
Параспориоз имеет несколько клинических форм (каплевидная, бляшечная). Если это действительно параспориоз, а более чем в 90% случаев так и происходит, он несет с собой в основном проблемы косметического характера и требует периодических назначений (инъекции, мази). Но менее чем в 10% случаев параспориоз может быть проявлением патологии со стороны любых других систем организма. Поэтому, если у человека параспориоз, необходима консультация гематолога и онколога. Без коррекции этих систем параспориоз не пройдет. Очень часто столкнуться с места заболевания не удастся без консультации психоневролога. Стрессы, увеличение количества контактов, накопление множества агрессивной, не нужной нам информации - все это может привести к проблемам. Необходима коррекция иммунологического статуса, то есть консультация нескольких специалистов, только после этого можно говорить о назначении мазей и лечения.

Есть тактика старых дерматологов, когда говорят, что болезнь не смертельна и можно не обращать на нее внимание. То, что доктор сказал без обследования, диагностически неверно. Кожные болезни очень часто являются проявлением патологий внутренних органов. С параспориозом можно жить, если это действительно параспориоз, но если это свидетельство более серьезной болезни, то чем раньше вы ее выявите, тем проще и дешевле будет ее лечение.



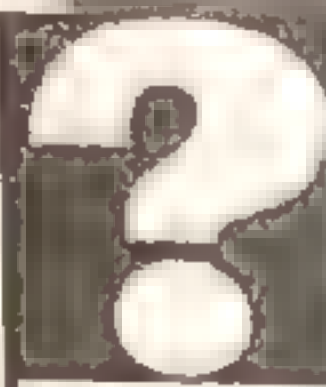
Неужели использование гормональных мазей может привести к развитию хронического дерматоза?

Вопрос осложнений после использования гормональных мазей очень дискуссионный. Одно из осложнений после использования очень активных гормональных мазей - дистрофия кожи или ее преждевременное старение: истончается кожный слой. Для использования гормональных мазей должны быть достаточные основания и показания. Сейчас даже при неиродермите и псориазе - заболеваниях, которые требуют зачастую пожизненного использования стероидных, или гормональных, мазей, - стараются уходить от их постоянного использования и отдают предпочтение различным витаминизированным мазям. Гормональные же применяют только в период обострения, от случая к случаю.



Правда ли, что мыло с триклозаном не стоит применять постоянно. Говорят, что микрофлора через несколько часов восстанавливается и естественные для человека бактерии проявляют большую устойчивость.

Бывает, хотя и редко, когда девушки, поддавшись на рекламу, пользовались мылом с триклозаном для устранения угревой сыпи. В результате у них появилась экзема. Чаще всего угревая сыпь является следствием гормональной перестройки в организме. Пока эта «буря» не закончится, что-либо сделать очень сложно, поэтому необходимо просто подождать. Триклозан для борьбы с угрями - довольно варварский метод. Сегодня предпочтительнее использовать для наружного применения средства, в состав которых входят бета-каротины или провитамины. Если получена какая-то небольшая рана на садовом участке, например, или после укуса животного, то использовать это мыло для промывания - оправданно, в других случаях - не стоит.



Мне 42 года. Периодически на предплечьях появляются небольшие участки шелушащейся кожи легкого розоватого цвета. Появляются раз в месяц, проходят от мази бороплюс в течение недели. У бабушки была экзема, может ли это быть наследственным проявлением болезни и насколько это серьезно?

Розовые шелушащиеся пятна - один из симптомов раздражения кожи: дерматита. Если они цикличны, то есть периодически появляются и исчезают, это может быть связано, во-первых, с какими-то внутренними проблемами организма, а во-вторых, зависеть от профессии человека (часто с этим сталкиваются, например, автоводители, которые постоянно возятся с машинами). Если рассматривать первый вариант, то скорее всего речь идет о дерматите, связанном с желудочно-кишечным трактом. Мужчины довольно часто нарушают диету, злоупотребляют алкоголем. Что касается наследственности, то она может сыграть свою роль, но все же не так часто, как это бывает при псориазе. Проблема в том, что экзема сама по себе очень многогранна в плане своей патогенности - причин может быть много. Например, врожденная патология любой системы, чаще всего нервной, эндокринной, системы пищеварения, иммунной. Как правило, соединение небольших патологий всех этих систем дает на выходе подобную проблему. Если у человека хронический стресс, он может стать причиной подобных проблем с кожей.



Когда я прихожу домой с работы и снимаю обувь, у меня начинают зудеть и чесаться пятки. Кожа гладкая, ни покраснений, ни шелушений нет. Я мазала разными мазями - никакого результата. Чешется всю ночь и утром до тех пор, пока не надеваю обувь и не ухожу из дома. Посоветуйте, пожалуйста, что-нибудь.

Правильно было бы получить консультацию дерматолога и сделать обычные общеклинические анализы: анализ мочи, крови, в идеале - биохимический анализ крови и ультразвуковое исследование органов желудочно-кишечного тракта. Нелишней была бы консультация уролога или нефролога. Зуд сам по себе присущ аллергическим реакциям со стороны кожи. Это могут быть дерматиты - воспаления кожи; это может быть экзема - «вскипание» на коже, но для этих заболеваний характерны симптомы, которые любой человек увидит: покраснения, шелушения и т.п. Поскольку ничего такого читательница у себя не наблюдает, скорее всего, в данном случае имеют место какие-то внутренние проблемы. Кожа, как и любой другой орган, имеет нервные окончания, сосудистое кровоснабжение, поэтому изменения внутри организма могут проявляться на коже. Возможно, у женщины есть проблемы со стороны почек.



НЕ РАССЧИТЫВАЙТЕ НА ЭМОЦИИ

Предстоящие две недели – это время зарабатывания денег. Чувства, взаимоотношения отходят на второй план либо же используются все для того же – для вышибания денег. Ибо деньги (и прочие материальные блага) в это время придется буквально вышибать. Как правило, эмоциональный фон в такие периоды не отличается гладкостью: возрастает количество ссор, конфликтов и разводов. Впрочем, лучший совет на этот период – не играть в подобные игры, а постараться спокойно его пережить. Это время серьезного подхода к делу и взвешенных решений. Скоронапительность и необдуманность в это время вредны как никогда, поскольку конкуренция обострена до предела. При проведении переговоров во время важных встреч советуем не напирать на эмоции, а напротив – придерживаться суховато-вежливой манеры поведения. Такая форма общения в предстоящие дни будет лучше воспринята окружающими. В отношении здоровья данный период неблагоприятен для людей, страдающих ревматическими заболеваниями и варикозным расширением вен. Стоит загодя провести профилактику подобных заболеваний. Противопоказано спиртное. Впрочем, сейчас пост, поэтому даже по показаниям звезд для вашего здоровья полезно попроститься.

30 ноября-2 декабря
Луна в Рыбах

Период беспокойства, смутных страхов, появления чувства незащищенности. Одновременно обостряется память, наблюдаются всплески интуиции вплоть до ясновидения. У людей проявляются таланты, о которых они раньше и не подозревали. В это время не рекомендуется много пить жидкости (особенно спиртного!). Уязвимой становится кожа, повышается опасность аллергии. Запрещены операции и процедуры на органах чувств, на печени и ногах. В эти дни надо меньше ходить, так как ноги становятся чувствительными, надо надевать мягкую обувь. В сильной степени возрастает опасность грибковых заболеваний. Запрещается массаж ног, водные процедуры, прием наркотических средств, лекарственных препаратов.



Хорошо для выезда на природу, юридических дел, для поездок, для вступления в брак, вложения капитала в дело. Прекрасно для творческой работы и выступлений перед общественностью.



Плохо для больших начинаний, для излишеств в наслаждениях, требуется осторожность в обращении с огнестрельным оружием и ядови-

тыми веществами. Здоровье требует повышенного внимания.

2 декабря – сложный день для общения и разного рода коммуникаций. Лучше не планировать на сегодня никакие переговоры.

2-5 декабря
Луна в Овне

В эти дни люди очень эмоциональны, активны и легко возбудимы. Многие в этот период ощутят творческий подъем. Становится уязвимой голова, поэтому запрещаются все операции на голове и лице (включая пластические). Нельзя в эти дни концентрировать внимание, переутомляться. Считается, что в эти дни хорошо работают почки. Поэтому рекомендуется операции и процедуры, связанные с почками, проводить в эти дни.



Хороший период для всех дел, которые могут и должны быть быстро улажены. Благоприятно для всего, связанного с техникой, промышленностью, химией. Хорошо для общения с начальством, для запланированных поездок.



Плохо для всего, что грозит стать затяжным. Неудачно для вступления в брак, денежных операций,

долгосрочных капиталовложений, заключения договоров.

4 декабря – хороший день для проявления творческой активности, выезда на природу, дружеского и неформального общения.

5-7 декабря
Луна в Тельце

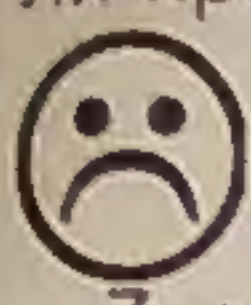
Присутствие Луны в этом знаке располагает к доверию: становится легче понять друг друга, люди более обходительны, готовы проявить широту души. Появляется шанс достичь деловых успехов в материальной сфере. Усиливается тенденция к здравомыслию. Становится уязвимым горло и вся эндокринная система. Нельзя проводить операции на шее, на горле. Когда Луна находится в Тельце, горло сильно перегружено и, кроме того, возникает большая чувствительность человека к продуктам питания. Поэтому в это время не следует питаться чем попало. Но голодать тоже нельзя – надо употреблять хорошую пищу и соблюдать диету. В это время показаны операции и процедуры, связанные с половыми органами. Но запрещается воздействие на горло, уши, на органы эндокринной системы: железы внутренней секреции.



Хорошо для всего, что требует длительного вре-

ГОРОСКОП НА 1-Ю ПОЛОВИНУ ДЕКАБРЯ

мени для реализации или долго остается актуальным – для любви, брака, новых знакомств (особенно с женщинами и художниками). Прекрасно для всего, что касается моды, украшений, купли-продажи недвижимости.

 **Неблагоприятно** для всех дел, которые связаны с риском и авантюрой.

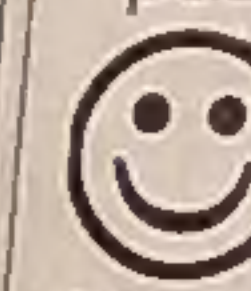
7 декабря будьте осторожны в дороге, а также при обращении с острыми, огнеопасными предметами и ядовитыми веществами

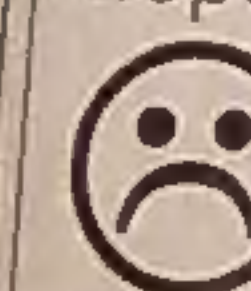
7-10 декабря Луна в Близнецах



Подвижность и легкость мышления будут способствовать общению и помогут в эти дни завязать необходимые знакомства. Избегайте поверхностных оценок и не принимайте поспешных решений.

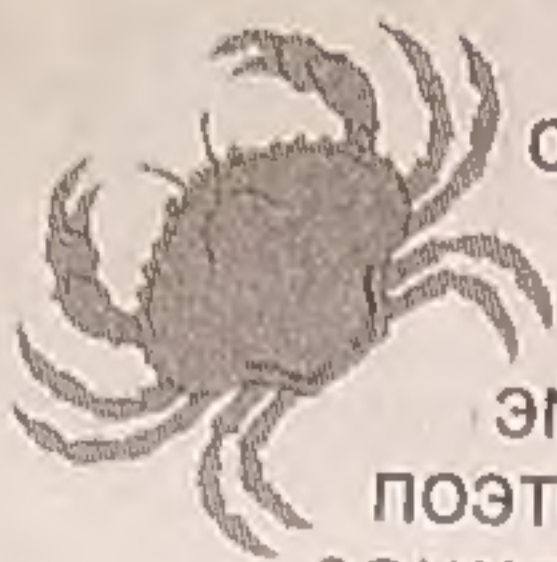
Противопоказаны все легочные процедуры, а также все дыхательные процедуры, т.к. легкие становятся очень уязвимы. Могут проявиться затруднение дыхания, одышка, усилиться аллергические реакции. В это время, естественно, запрещаются операции на легких, бронхах, но разрешены все «кровооточивые» процедуры, прием лекарств, разгоняющих кровь и показанных для печени. Под угрозой травм находятся плечи и руки.

 **Хорошо** для всего, связанного с общением, установлением всех видов связи, для краткосрочных дел, для информации и рекламы. Благоприятно для торговых сделок, банковских операций, встреч и переписки.


 **Неблагоприятно** для всего затяжного, требующего много времени на реализацию. Для всех мероприятий, касающихся любви, брака, партнерства. Неподходящее время для купли-продажи недвижимого имущества, для приема на работу новых сотрудников.

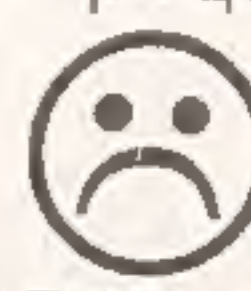
9 декабря очень благоприятный день для претворения в жизнь новых идей и планов, а также для привлечения к своему делу единомышленников.

10-12 декабря Луна в Раке



Люди в эти дни очень впечатлительны и легко ранимы. Довлеют эмоции, а не логика, поэтому личные привязанности играют большую роль. Уязвимым является желудок. При этом кислотность желудочного сока повышается у людей дневного рождения и понижается у людей ночного. Запрещены операции на желудке, на молочных железах, все виды биоэнергетического лечения, употребление спиртных напитков и химических препаратов. В эти дни рекомендуются процедуры, связанные с выведением камней и шлаков (в частности, очищение от отложения солей, лечение артритов). Разрешается лечение и удаление зубов, вставлять зубы, протезы. Показаны операции на ногах, коленях, сухожилиях. Хорошо лечить болезни обмена веществ (подагра), проводить профилактические процедуры.

 **Благоприятные** дни для реализации всего, что быстро теряет актуальность или требует быстрой переработки. Для домашних и семейных дел, начала судебных процессов, для покупок.

 **Плохо** для затяжных дел: бракосочетания, начала строительства, для переездов и взятия денег в займы.

12 декабря – очень плодотворный




творный и активный день, полезны занятия спортом и физические нагрузки.

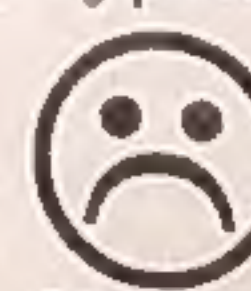
12-14 декабря Луна во Льве



У людей в эти дни возникает потребность высвободить свои душевные порывы: они проявляют большую открытость, широту взглядов, готовы поделиться своими ощущениями с окружающими их людьми. Это время проявления честолюбивых замыслов. Активизируются дела сердечные и любовные. В эти дни нельзя давать нагрузку на сердце, т.к. можно получить инфаркт или сердечную недостаточность. В эти дни человек подвержен различным радикулитам. Запрещены операции в районе спины и грудной полости. Кроме того, нельзя напрасно тратить физические силы, так как это требует большего расхода физической энергии, чем обычно. После такой траты энергии Луна перейдет в знак Девы и может привести к болезненному состоянию.

В это время можно проводить лечение всех сосудистых заболеваний и болезней нервной системы (судорог, дрожания). Рекомендуются лечение голеней ног, суставных заболеваний, болезней органов зрения.

 **Хорошо** для всех юридических и официальных дел, для общения с властями и официальными лицами, для смены работы. Удачно для развлечений и увеселительных мероприятий, проведения культурного отдыха.

 **Плохо** для финансовых сделок, заключения договоров, переездов. Неблагоприятно для помолвок и бракосочетаний, оформления финансовых документов, квартирных обменов.

14 декабря – день, чреватый конфликтами и непониманием со стороны окружающих. Постарайтесь сегодня быть терпимее.

Звездочет Вега

ЛЕЧЕБНЫЕ ОВОЩИ

Свекла – самый распространенный овощ в мире

В древности к ней относились бережно и уважительно, используя только как лекарство. За свои целебные свойства свекла удостоилась попасть в медицинские труды Гиппократов. А современные ученые окрестили этот дар природы настоящим кладом здоровья и долголетия.

Клетчатки, сахара и органических кислот (например, яблочной и лимонной), усиливающих перистальтику кишечника, в свекле – настоящие залежи. А витамин Р, заботясь о гибкости и эластичности сосудов, предупреждает развитие сердечно-сосудистых заболеваний, особенно гипертонии. Содержащееся в свекле органическое вещество бетаин снижает уровень холестерина в крови, нормализует работу печени. Богата она и витамином С, основное достоинство которого – укрепление иммунитета и повышение сопротивляемости организма инфекционным и простудным заболеваниям. Есть в свекле и фолиевая кислота, необходимая для кроветворения: она участвует в образовании эритроцитов, лейкоцитов и тромбоцитов. А еще – железо, кальций, магний, фосфор, кобальт.

При хронических ларингитах и фарингитах, сопровождающихся сухостью носоглотки и охриплостью голоса, отварите крупную свеклу, натрите на терке, кашицу отожмите через марлю. Полученным соком, разделив его на 3 равные части, полощите горло 3 раза в день после еды. Чтобы добиться улучшения состояния здоровья, делайте это регулярно в течение месяца.

Свекла при запоре. Чувствуете, что кишечнику поутру приходится «туго»? Съешьте натощак 50-100 г вареной свеклы, заправленной растительным маслом. Однако если вы страдаете хроническим запором, не поленитесь обратиться к врачу, который назначит дополнительное лечение.

Общеукрепляющее средство. Выжмите сок из 1 свежей свеклы, 1 черной редьки и 1 моркови и смешайте их в равной пропорции. Чтобы улетучились раздражающие вещества, которые могут вызвать тошноту и рвоту, выдержите полученный «коктейль» в холодильнике 2-4 часа. Принимайте его по 1-2 столовых ложки за час до еды около месяца: это чудесное общеукрепляющее средство повышает гемоглобин в крови, улучшает обмен веществ, нормализует артериальное давление и при-

дает коже цветущий вид.

Свекла при мелких травмах. Порезались? Намочите ватный тампон в свекольном соке и приложите к ранке: он отлично останавливает кровотечение. Также из свеженатертой свекольной кашицы можно делать компресс на раны, небольшие язвы.

При зубной боли. На десну ноющего зуба приложите ломтик свежей свеклы – боль как рукой снимет! Однако к стоматологу сходить все-таки придется.

Как ее готовить?

Свекла незаменима на столе тех, кто хочет молодо выглядеть и отлично себя чувствовать. Почаще включайте ее в меню в отварном, тушеном, квашеном, фаршированном виде, соблюдая при этом кулинарные заповеди.

- Очищенную свеклу не храните на воздухе открытой: от взаимодействия с кислородом в ней разрушается витамин С.

- Чтобы во время варки овощ не потерял яркий цвет, слегка подсластите воду (1/2 чайной ложки сахара на литр воды).

- Когда свеклу отвариваете, не солите воду: так вы сохраните в продукте больше витаминов и минералов.

- Если в салат или винегрет добавить свеклу, а затем заправить растительным маслом, то все окрасится в вишневый цвет. Но стоит отварную или сырую свеклу отдельно смазать маслом и только потом смешивать с остальными составляющими – блюдо заиграет разными цветами.



Тыква с вариациями

Пищевая ценность тыквы была известна людям еще до нашей эры. Плоды тыквы, достигающие порой веса 90 кг, бедны клетчаткой, но очень богаты пектином, в связи с чем полезны при болезнях органов пищеварения. Они усиливают выведение холестерина, обладают мочегонным действием. Рекомендуются при отеках у больных с болезнями сердца и почек. Некоторые сорта тыквы очень богаты каротином, особенно те, которые получили много солнечных лучей и были собраны первыми.

Тыква запеченная. На 1 тыкву средней величины – 3 картофелины, 2 луковицы, 0,5 стакана пшена, 1 стакан молока, 2 ст. ложки сливочного масла, сухие листья малины или смородины (по вкусу), вода, соль.

Тыкву обмыть и срезать с нее верхнюю часть (в виде крышки). Вынуть семена и волокнистую мякоть. Очищенный картофель нарезать на 6-8 частей, лук мелко порубить, пшено промыть. В кастрюлю

всыпать пшено, положить картофель, срезанную с «крышки» мякоть тыквы, лук и залить соленой горячей водой. Довести до кипения и варить, помешивая, 5-8 минут.

Подготовленную массу уложить в тыкву, добавить сухие травы, сливочное масло, молоко, все перемешать.

Накрыть тыкву «крышкой», поставить в горячую духовку на сковороде и запекать около часа. При подаче на стол на тарелки разложить начинку и куски тыквы, которую нарезать ломтиками сверху вниз.

Морковь с тыквой. На 300 г тыквы – 5 морковок, 2 ст. ложки рубленых ядер миндальных или грецких орехов, 0,5 л молока, 4 ст. ложки сливок, 2 ст. ложки рубленой зелени укропа.

Тыкву нарезать соломкой, смешать с натертой на терке морковью, рублеными орехами, влить молоко и довести смесь до кипения. Посыпать рубленой зеленью укропа и полить сливками.

Пюре из тыквы. На 500 г тыквы

– 1 стакан молока, 3 ст. ложки манной крупы, 1 ст. ложка сливочного масла, соль.

Тыкву очистить, удалить семена, нарезать небольшими ломтиками, припустить в подсоленной воде до испарения жидкости, протереть через сито, влить молоко, довести до кипения. Помешивая, всыпать тонкой струйкой манную крупу, хорошо вымешать и продолжать варить 10-15 минут, затем ввести растопленное масло и посолить.



С. Гурманов

КОНКУРС ДЛЯ ПОДПИСЧИКОВ УСЛОВИЯ

Участвуют читатели газеты, подписавшиеся не менее чем на 6 месяцев.

1. Необходимо собрать отрывные талоны газет с №19 по №24 за 2003 год (итого 6 штук.).

2. Заполнить произвольно клеточки ☒ ☐

3. В 24 номере будет опубликован особый купон, в который необходимо в произвольном порядке наклеить все отрывные талоны и выслать в редакцию

цию по адресу: 83087, г. Донецк, а/я 2314, (в России - 111141, г. Москва, а/я 473, Краснобельмова Н.Б.) вместе с копией квитанции о подписке.

4. Победители будут награждены призами: «ЛЮСТРАМИ ЧИЖЕВСКОГО».

5. Призовой купон четвертого этапа конкурса (участвуют номера с 19-го по 24-й) будет опубликован в №2 за 2004 г.

Редакция

ОТРЫВНОЙ
ТАЛОН

№22

На заметку

Огромная просьба к нашим читателям высылать чистый конверт и марки. В противном случае редакция не сможет отвечать на ваши письма.

Имена — как назвать ребенка

Старая традиция - называть ребенка в честь святого, которого чествуют в этот день, - очень неплохая.

Этот святой будет покровительствовать вашему ребенку, защищать его.

Святых чествуют не каждый день, поэтому некоторые числа могут быть пропущены.

Женских имен значительно меньше, чем мужских, поэтому святого с женским именем может не оказаться близко ко дню рождения девочки.

НОЯБРЬ

18 - Александр, Галактион, Григорий, Гурий

19 - Ефросинья

20 - Валерий, Евгений, Илларион, Иосиф, Кирилл, Лазарь, Федор, Богдан

21 - Гавриил, Михаил

22 - Иван

23 - Георгий, Родион,

Федор

24 - Викентий, Виктор, Максим

25 - Иван, Клавдия

27 - Григорий, Филипп

28 - Дмитрий, Иван

30 - Григорий, Лазарь, Михаил.

Вырежь и отнеси на почту

Державний комітет зв'язку України

АБОНЕМЕНТ

На газету

41332

«Самоисцеление и долголетие»

(наименование издания)

Кількість
комплектів

на рік по місяцях

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

Куди

(поштовий індекс)

(адреса)

Кому

(прізвище, ініціали)

ДОСТАВОЧНА КАРТКА

ПВ місце літер

На газету

41332

«Самоисцеление и долголетие»

(наименование издания)

Вартість

передплати

грн. коп.

Кількість

переадресування

грн. коп.

комплектів

на рік по місяцях

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

поштовий
індекс

місто

село

область

район

вулиця

код вулиці

буд.

корп.

кв.

прізвище, ініціали

Подписка:

1 месяц	4,11 грн.
3 месяца	12,33 грн.
6 месяцев	24,66 грн.
12 месяцев	49,32 грн.

Губки бантиком

Мягкие, нежные губы – настоящая роскошь. Однако вы вполне можете ее себе позволить, если уделите своим губам немного внимания. Правила просты и известны всем с детства: не облизывайте губа на морозе, избавьтесь от вредной привычки покусывать их, ешьте побольше пищи, содержащей витамины. Если же проблемы вас не миновали – воспользуйтесь нашими рецептами.

Для сухих, обветренных губ

Главное – вовремя спохватиться: если не обратить внимания на обветренность губ, через некоторое время на них могут появиться трещины. Пока же можно исправить ситуацию самыми простыми средствами.

■ Нанесите на губы мед (лучше толстой кисточкой). Через 20 минут эту вкусную «губную помаду» можно съесть.

■ Возьмите кусочек свежего огурца и смажьте им губы, еще лучше использовать выжатый огуречный сок. Оставьте его на губах до полного высыхания.

■ В жирный творог добавьте немного сока алоэ и 20-30 минут подержите эту «маску» на губах.

Для шелушащихся губ

Не убереглись? Начинаем лечиться. Выберите один из рецептов и применяйте его несколько раз в день.

■ Смешайте в равных количествах цветки ромашки аптечной, календулы лекарственной, траву зверобоя. 20 г смеси залейте 100 мл оливкового, подсолнечного или кукурузного масла, подержите на водяной бане 15 минут и остудите. А если добавить еще немного жирных сливок или сметаны, получится ночной крем. Наносить его нужно на губы, предварительно очищенные растительным маслом.

■ Возьмите по 5 г листьев березы повислой и корневищ лапчатки, добавьте 20 г сливочного масла, подержите на водяной бане 15-20 минут и остудите. Храните крем в холодильнике.

■ Причиной трещин и «заедов» часто становятся болезнетворные микробы, обосновавшиеся в полости рта. Возьмите по 20 г травы зверобоя, шалфея, листьев подорожника, цветков календулы лекарственной, корня элеутерококка колючего. Столовую ложку смеси залейте 250 мл кипятка и 20 минут подержите на водяной бане. Остуженным и процеженным настоем полощите рот каждый вечер пос-



ле того, как почистите зубы. Если проглотите немного настоя, вреда от этого не будет.

Чтобы губы были красивыми

Даже если ваши губы в идеальном состоянии, неплохо бы приложить усилия, чтобы они такими и остались.

■ Возьмите по 20 мл масла шиповника и облепихового, добавьте 50 мл оливкового масла, тщательно перемешайте. Этим бальзамом смазывайте губы перед выходом на улицу, и морозы будут им не страшны.

Смешайте поровну цветки ромашки, листья эвкалипта и траву эхинацеи; залейте 2 столовые ложки смеси 0,5 л кипятка и поставьте на 20 минут на водяную баню. Охладите настой, разлейте по формочкам для льда и поставьте в морозилку. Такими кубиками ежедневно протирайте губы (не менее чем за час до выхода на улицу!) – это их великолепно тонизирует.

По материалам СМИ

В Украине: рег. уд. КВ 2847 от 3.10.97.

Учредитель и главный редактор С. Я. КОСТАНДА

В России: рег. № 018633 от 25.03.99.

Учредитель А. Н. Мозжухина

Издатель и редактор Н. Б. Краснобельмова
111141, г. Москва, а/я 473

E-mail: s.kostanda@mail.ru; iskra_ua@yahoo.com

<http://www.zona.com.ua/www/index.htm>

Главный редактор С. Я. КОСТАНДА

Отпечатано в типографии МИХАЙЛОВА г. Смоленск

Тираж 10 200 экз. Общий тираж 17 000 экз.

Мнение авторов может не совпадать с мнением редакции. Перепечатка статей – с разрешения редакции.

Рукописи не возвращаются. Просьба: не использовать газету в хозяйственных целях.

Если вы уже прочли газету, подарите ее друзьям или соседям.